



జ్ఞాన యోగం

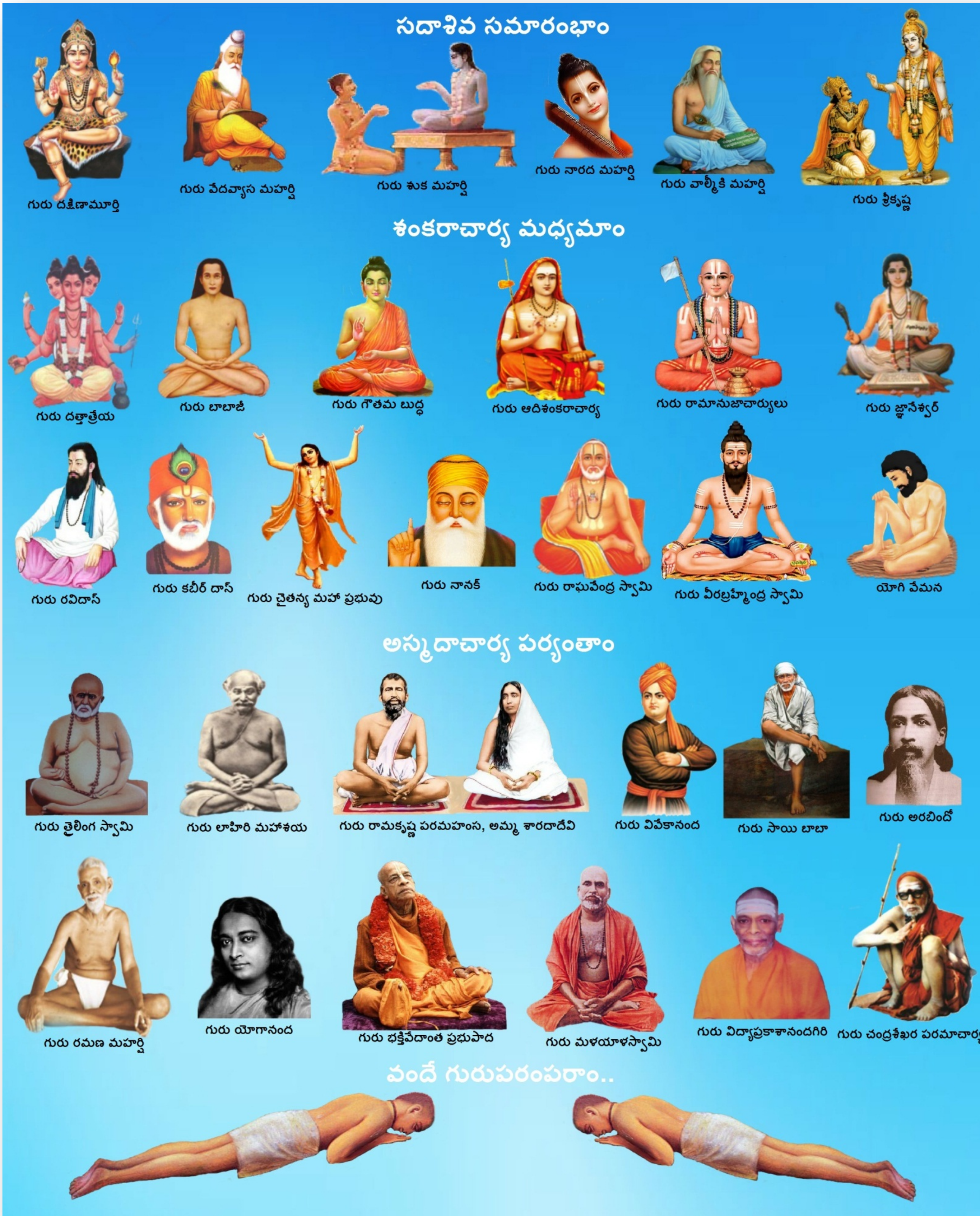
విచారణ

నిజ విచారణ








సదాశివ సమారంభాం
గురు దక్షిణామూర్తి
గురు వేదవ్యాస మహర్షి
గురు శుక మహర్షి
గురు నారద మహర్షి
గురు వాల్మీకి మహర్షి
గురు శ్రీకృష్ణ
శంకరాచార్య మధ్యమాం
గురు దత్తాత్రేయ
గురు బాబాజీ
గురు గౌతమ బుద్ధ
గురు ఆదిశంకరాచార్య
గురు రామానుజాచార్యులు
గురు జ్ఞానేశ్వర్
గురు రవిదాస్
గురు కబీర్ దాస్
గురు చైతన్య మహా ప్రభువు
గురు నానక్
గురు రాఘవేంద్ర స్వామి
గురు వీరబ్రహ్మేంద్ర స్వామి
యోగి వేమన
అస్మదాచార్య పర్యంతాం
గురు త్రైలింగ స్వామి
గురు లాహిరి మహాశయ
గురు రామకృష్ణ పరమహంస, అమ్మ శారదాదేవి
గురు వివేకానంద
గురు సాయి బాబా
గురు అరబిందో
గురు రమణ మహర్షి
గురు యోగానంద
గురు భక్తివేదాంత ప్రభుపాద
గురు మళయాళస్వామి
గురు విద్యాప్రకాశానందగిరి
గురు చంద్రశేఖర పరమాచార్య
వందే గురుపరంపరాం..

నన్ను "నేను" తెలుసుకోవటానికి

నన్ను "నేను" మార్చుకోవటానికి

నన్ను "నేను" చేరుకోవటానికి

మరియు అత్యుత్తమ జీవన విధానానికి

కావలసిన భక్తి,జ్ఞాన,కర్మ,ధర్మ సమాచారం ఒకేచోట తెలుగులో ఉచితంగా!

సాధారణంగా వేదాంతం తెలుసుకోవాలనే కోరిక వుంటుంది, కాని గ్రంధాలు అందుబాటులో లేవు. ఇంకొకరి దగ్గర గ్రంధాలు వుంటాయి, కాని జిజ్ఞాసువులకి ఎక్కడ ఉన్నవో తెలియదు. అలాగే కొన్ని లైబ్రరీ లో కొన్ని రకాల పుస్తకాలు మాత్రమే లభ్యం అవుతున్నాయి.మహానుభావులైన సాధకులు, జిజ్ఞాసువులు జ్ఞాన ప్రచారార్ధం తాము సేకరించిన విలువైన గ్రంధాలను స్క్రిబ్డ్ వెబ్ సైట్ ద్వారా eBOOK(PDF) రూపంలో అందిస్తున్నారు. వారు చేస్తున్న జ్ఞాన యజ్ఞానికి సాయి రామ్ కూడా తమవంతుగా సహాయం చేసే కార్యక్రమంలో భాగంగా వారి గ్రంధాలను సాయి రామ్ ద్వారా కూడా అందచేస్తున్నాము, ఇందుకు మేము వారికి కృతజ్ఞత తెలియచేసుకుంటున్నాము. కనుక ప్రతి ఒక్కరు ఈ సదవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోగలరు. ఇందుకు సహాయం చేసిన ఆర్కైవ్ సైట్(https://archive.org), గూగుల్ సైట్(https://www.google.co.in),మైక్రోసాఫ్ట్ సైట్ (www.microsoft.com) వారికి కూడా మేము ఋణపడివున్నాము. సాయి రామ్ సేవక బృందం కోరుకొనేది ఒక్కటే, ప్రతి ఇల్లు ఆధ్యాత్మిక జ్ఞాన గ్రంధాలతో నిండిపోవాలన్నదే మా కోరిక.

ఈ గ్రంధాలను ఉచితంగా ఆన్ లైన్ లో చదువుటకు, దిగుమతి(డౌన్లోడ్) చేసుకొనుటకు గల మార్గాలు:

1) స్క్రిబ్డ్ వారి వెబ్ సైట్: http://www.scribd.com/
2) సాయి రామ్ వెబ్ సైట్: http://www.sairealattitudemanagement.org
3) సాయి రామ్ గూగుల్ సైట్: https://sites.google.com/site/sairealattitudemanagement
4) ఆర్కైవ్ వెబ్ సైట్: https://archive.org/details/SaiRealAttitudeManagement

ఈ జ్ఞాన యజ్ఞం పై గల సలహాలు,సూచనలకు సాయి రామ్ సేవక బృందాన్ని

సంప్రదించుటకు: sairealattitudemgt@gmail.com

సాయి రామ్ భక్తి,జ్ఞాన సమాచారం: https://www.facebook.com/SaiRealAttitudeManagement

సాయి రామ్ భక్తి,జ్ఞాన సంబంధ వీడియోలు: https://www.youtube.com/user/sairealattitudemgt

ఈ జ్ఞాన యజ్ఞంలో ప్రతి ఒక్కరు పాల్గొని, ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకొని,మీరు సంతృప్తులైతే మరొక సాధకునికి, జిజ్ఞాసువులకు మార్గం చూపించగలరని ఆశిస్తున్నాము.

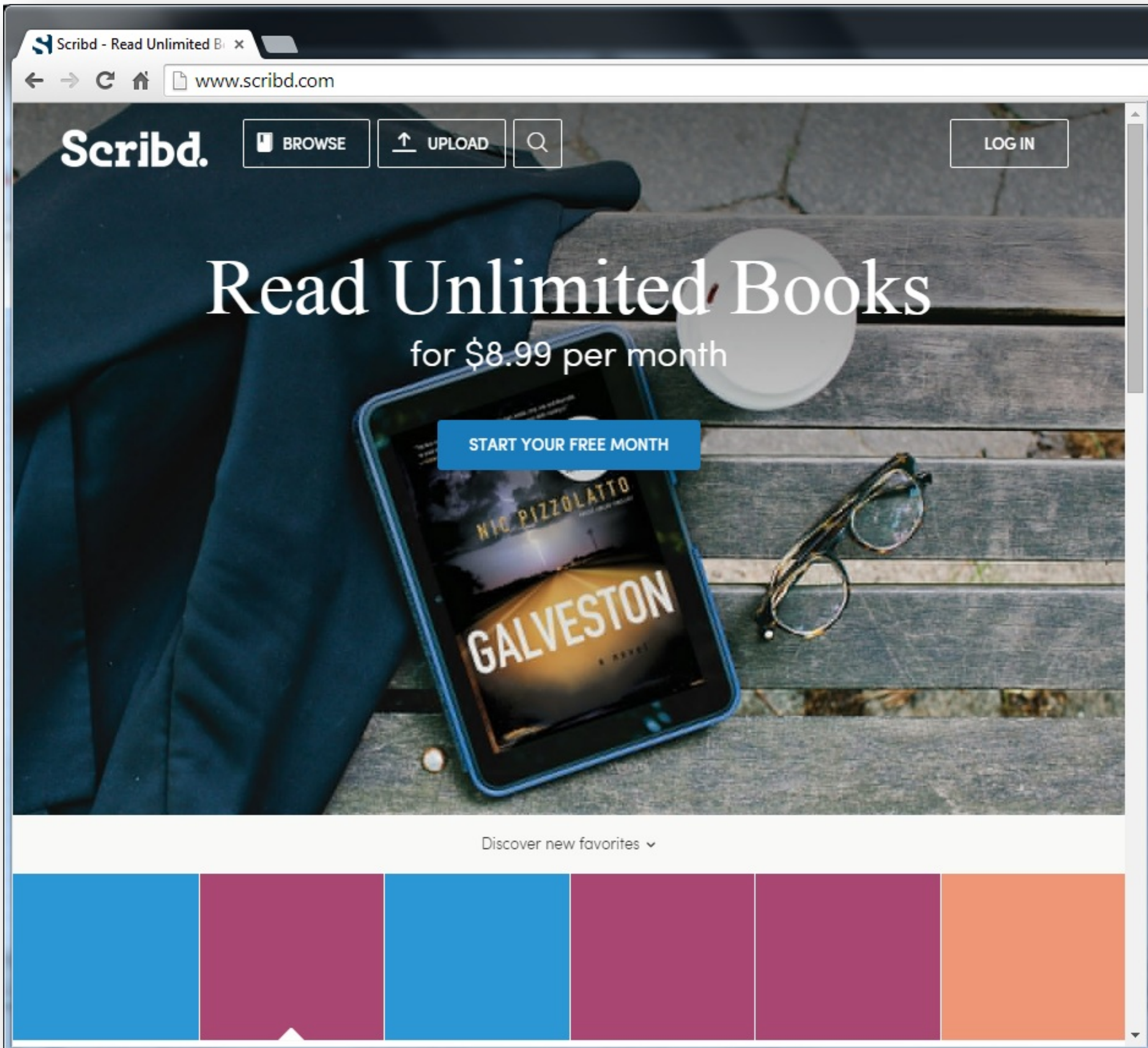
గమనిక: భక్తి,జ్ఞాన ప్రచారార్ధం ఉచితంగా eBook రూపంలో సాధకులు,జిజ్ఞాసువులు స్క్రిబ్డ్ వెబ్ సైట్ ద్వారా అందించటం జరిగింది. ఈ గ్రంధముపై వ్యాపార,ముద్రణ హక్కులు వారికి గలవు.వారిని సంప్రదించగలరు.

SaiRealAttitudeManagement(SAI RAM) - సాయి నిజ వ్యక్తిత్వ నిర్వహణ(సాయి రామ్)

* సర్వం శ్రీ సాయి నాథ పాద సమర్పణమస్తు*

స్క్రిబ్డ్ వారి వెబ్ సైట్:

http://www.scribd.com



అతి విశిష్టం ఈ దానం!

స్వామి వివేకానంద

“దానాలలోకెల్లా ఆధ్యాత్మిక విద్యాదానం చాలా శ్రేష్ఠమైంది! దాని తరువాతిది లౌకిక జ్ఞానదానం, ప్రాణదానం, అన్నదానం” అని వ్యాసమహర్షి చెప్పారు.

మన ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం భారతదేశ హద్దులలో నిలిచి పోకూడదు. లోకమంతటినీ ఆవరించాలి! ఇలా లోకవ్యాప్తమైన ధర్మప్రచారాన్ని మన పూర్వులు చేశారు. హైందవ వేదాంతం ఎన్నడూ ఈ దేశం దాటి పోలేదని చెప్పేవారూ, మతప్రచారార్థం తొలిసారిగా, పరదేశాలకు వెళ్ళిన సన్యాసిని నేనే అని చెప్పేవారూ, తమ జాతిచరిత్ర నెరుగని వారే! ఇలాంటి సంఘటనలు ఎన్నోసార్లు జరిగాయి. అవసరమైనప్పుడల్లా, భారతీయ ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానప్రవాహం వెల్లువలా లోకాన్ని ముంచెత్తుతూ వచ్చింది.

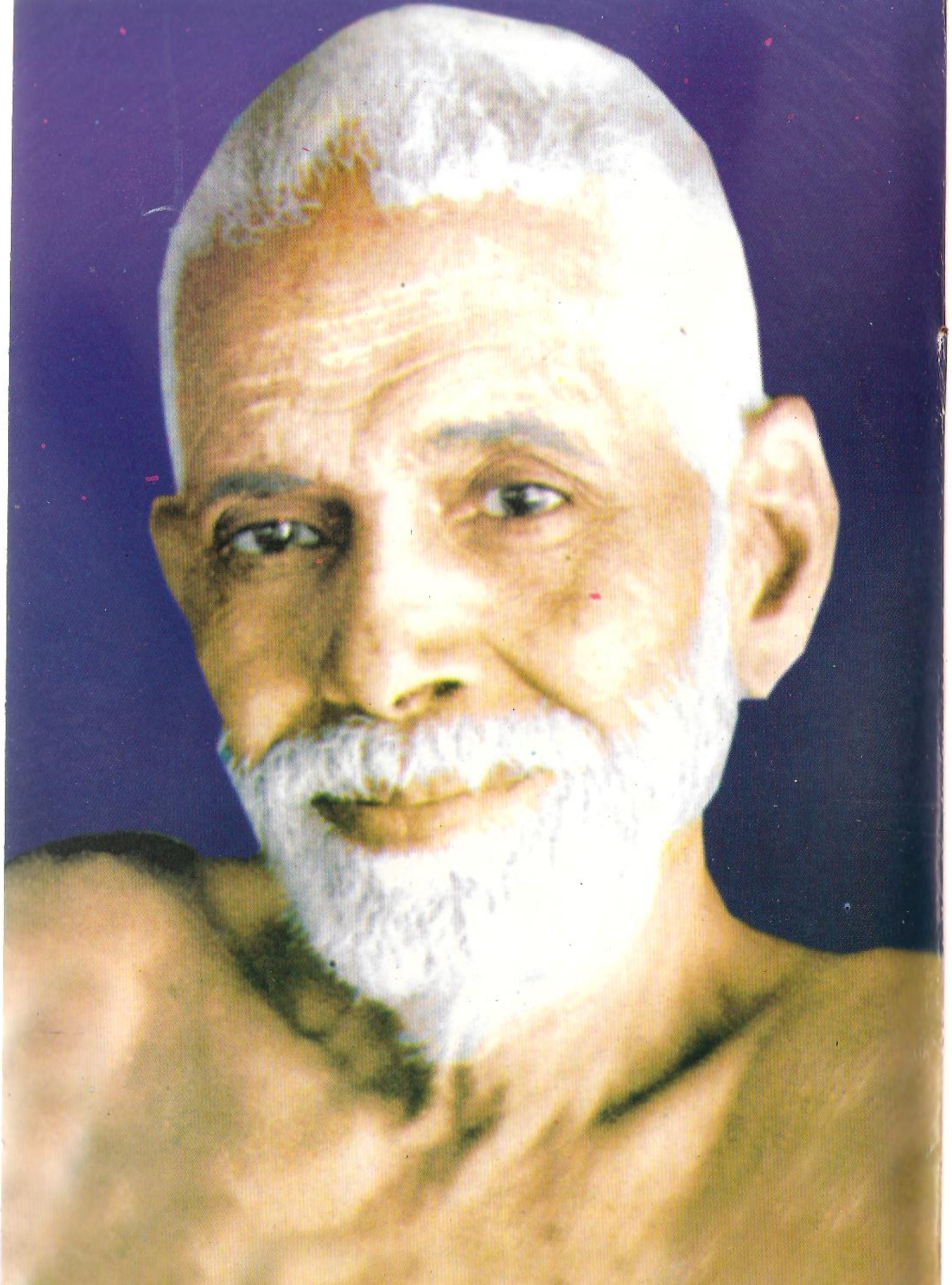


రాజకీయ ప్రచారాన్ని రణగొణధ్వనులతో, యోధులతో సాగించవచ్చు. అగ్నిని కురిపించి, కత్తిని ఝళిపించి, లౌకిక జ్ఞానాన్నీ, సంఘనిర్మాణ విజ్ఞానాన్నీ విరివిగా ప్రచారం చేయవచ్చు. కానీ ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానదానం కళ్ళకు కనిపించకుండా, చెవులకు వినిపించకుండా కురుస్తూ, రోజా పువ్వుల రాసుల్ని వికసింపజేసే మంచులాగా నిశ్శబ్దంగా జరగవలసి ఉంది. భారతదేశం నిరాడంబరంగా, లోకానికి మళ్ళీ మళ్ళీ చేస్తూ వచ్చిన దానమిదే!

మిత్రులారా! నేను అవలంబించే విధానాన్ని తెలియజేస్తాను వినండి. భారతదేశంలోనూ, ఇతర దేశాల్లోనూ మన పారమార్థిక ధర్మాలను బోధించడానికి తగినవారుగా మన యువకుల్ని తయారు చేయడానికై భారతదేశంలో కొన్ని సంస్థలను నెలకొల్పాలి! ఇప్పుడు మనకు కావలసింది బలిష్ఠులు, జవసంపన్నులు, ఋజువర్తనులు, ఆత్మ విశ్వాసపరులు అయిన యువకులు. అలాంటి వారు నూరుమంది దొరికినా, ప్రపంచం పూర్తిగా పరివర్తన చెందగలుగుతుంది!!

ఇచ్ఛాశక్తి తక్కిన శక్తులన్నిటి కన్నా బలవత్తరమైంది. అది సాక్షాత్తూ భగవంతుని దగ్గరి నుండి వచ్చేదే కాబట్టి దాని ముందు తక్కినదంతా లొంగిపోవలసిందే. నిర్మలం, బలిష్ఠం అయిన 'ఇచ్ఛ' (సంకల్పం) సర్వశక్తిమంతమైంది. దానిలో మీకు విశ్వాసం లేదా? ఉంటే మీ మతంలోని మహోన్నత ధర్మాలను ప్రపంచానికి బోధించడానికై కంకణం కట్టుకోండి. ప్రపంచం ఆ ధర్మాల కోసమై ఎదురుచూస్తోంది. అనేక శతాబ్దాలుగా ప్రజలకు క్షుద్రసిద్ధాంతాలు నేర్పడం జరిగింది. వారు వ్యర్థులని ప్రపంచమంతటా బోధలు జరిగాయి. ఎన్నో శతాబ్దాల నుండి వారు ఈ బోధనల వల్ల భయభ్రాంతులై, పశుప్రాయులైపోతున్నారు. తాము ఆత్మస్వరూపులమనే మాటను వినడానికైనా వారెన్నడూ నోచుకోలేదు. “నీచాతినీచుడిలో కూడా ఆత్మ ఉంది. అది అమృతం, పరమ పవిత్రం, సర్వశక్తిమంతం, సర్వవ్యాపకమైనది” అని వారికి ఆత్మను గురించి చెప్పండి. వారికి ఆత్మవిశ్వాసాన్ని ప్రసాదించండి. ❖

మూలం: శ్రీ రామకృష్ణ ప్రభ - ఫిబ్రవరి 2014



భగవాన్ శ్రీ రమణమహర్షి

ఓం నమో భగవతే శ్రీ రమణాయ

నిజవిచారణ

మూలం :

భగవాన్ శ్రీ రమణ మహర్షి

వ్యాఖ్య :

పి.వి.యస్. సూర్యనారాయణ రాజు

నిజవిచారణ

ద్వితీయ ముద్రణ

గురుపూర్ణిమ, స్వభాను నామ సంవత్సరం, జూలై 13, 2003.

Published by :

Dr. P.V.S. SURYA NARAYANA RAJU
Syamala Children Hospital
5-8-16, Park Street,
NARASAPUR - 534 275, A.P.,
☎ 08814 - 273430, 274104
e-mail: dr_pvssnraju@yahoo.co.in

Cover page designed by :

Dr. P.V.S. SURYA NARAYANA RAJU

Printed at

Shriram Graphics
Bank Street
PALAKOL - 534 260
☎ 222438, 94401-31188

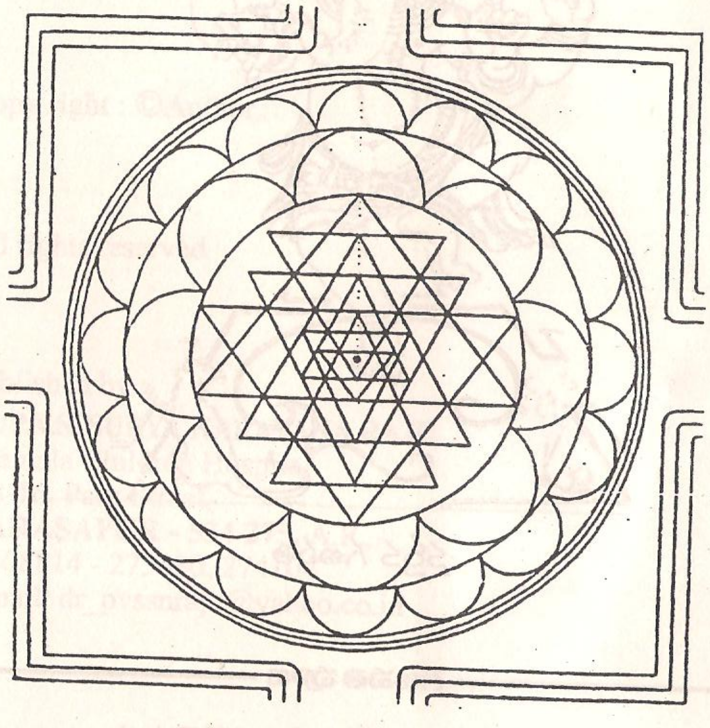


నర్తన గణపతి

గణపతి పూజ

అగిణిత ఫణిఫణ మణిగణ కిరణై
రరుణిత నిజతను రవితట వదన
తటతట లుట దళికుల వినదా
గణపతి రభిమత మిహాదిష తను:

లంబోదర వర కుంజా వస్థిత కుంకుమ వర్ణధరం
శ్వేత శృంగం పీనసుహస్తం ప్రీతిత సఫల ఫలం
నాగత్రయయుత నాగవిభూషణ నానాగణపతితం
తత్నన్ నానాగణపతితం.



శ్రీ చక్రము

గుడేన వినాయకస్య ప్రతిమాం నిర్మాయ
తస్మాదేవ కించిత్ గుడం భగవన్నివేదనం,
క్రియతేయధా, అర్థాత్-
స్రష్టం చరాచర మిదం సర్వం త్వదీయమేవ.
తస్మాదేవ యత్కించిత్ పున: తుభ్యం
నివేద్యతే యథా - తద్వత్
హే! అరుణాచల రమణ!
భవత: బోధన ప్రసాదే కించిద్భాగం
తుభ్యమేవ నివేదనం కరోమి!
త్వమేవ సుబ్రహ్మణ్యస్వామిన్,
త్వమేవ జ్ఞాన సంబంధరశ్చ
త్వమేవ స్కందో పి,
త్వమేవ సనత్కుమార:
త్వమేవ అరుణాచలగిరి:
త్వమేవ అరుణాచలేశ్వర:
తే హార్థిక వన్దనాని!!

భావము :

బెల్లముతో వినాయకుని ప్రతిమను తయారుచేసి ఆ ప్రతిమ నుండియే కొంత బెల్లపు ముక్కను భగవన్నివేదన చేసినట్లుగా అంటే నీచే సృష్టింపబడియున్న ఈ సమస్త చరాచరవస్తు సముదాయము నీదేకదా, అట్టి వస్తు సముదాయము నుండి తిరిగి ఎంతోకొంత నీకు సమర్పించుకొన్న విధమున హే అరుణాచల రమణ!

నీ బోధన ప్రసాదమునుండి కొంతభాగమును నీకే నివేదనము చేసి కొనుచున్నాను.

నీవే సుబ్రహ్మణ్యేశ్వరుడవు. నీవే జ్ఞానసంబంధరు, నీవే స్కందడువు. నీవే సనత్కుమారుడవు. నీవే అరుణాచలగిరివి, నీవే అరుణాచలేశ్వరుడుకూడ.

అట్టి నీకు హృదయపూర్వక వందనములు.

- రచయిత

అరుణాచలం - భగవాన్ శ్రీ రమణ మహర్షి

అరుణాచలం! అరుణాచలం! అరుణాచలం. ఇది నిశ్చలమైన జ్యోతి స్వరూపానికి స్థూలరూపము. ఇది భూమికి హృదయమై సూక్ష్మబుద్ధి కలవారికి జ్యోతి స్వరూపముగా వ్యక్తమగును. ఇది మృత్యుంజయుడైన శివుని దేహము. ఇది సిద్ధాంతము కాదు యదార్థము. జ్ఞాన సంబంధర్‌నకు, మాణిక్యవాచకర్‌నకు, భగవాన్ శ్రీ రమణ మహర్షికి ఈ కొండ జ్యోతి స్వరూపముగా వ్యక్తమయినది. ఈ కొండ వెలసిఉన్న ఊరుపేరు తిరువణ్ణామలై. ఇది మద్రాసుకు 180 కి.మీ.లు దక్షిణముగా ఉన్నది. ఈ పట్టణము శ్రీ చక్రమువలె నవద్వారములతో వెలసి ఉన్నది. ఇచ్చట శివుడు గిరి రూపములోను, లింగరూపములోను, సిద్ధరూపము లోను ఉన్నాడు. కొండపైన ఉత్తర దిక్కున ఒక మర్రిచెట్టు క్రింద పరమేశ్వరుడు దేహధారియై సిద్ధరూపములో ఉన్నాడు. ఇచ్చట వెలసిన లింగం అగ్నిలింగం. అగ్ని జ్ఞానమునకు గుర్తు. జ్ఞానము ద్వారా సిద్ధి పొందుటకు ప్రయత్నించువారు ఈ క్షేత్రమునకు ఆకర్షింపబడుదురు. ఈ క్షేత్రమునకు వచ్చువారు గిరిని దర్శించి, గిరి ప్రదక్షిణ చేయుదురు. ఈ క్షేత్రమునకు వచ్చినవారు ఒట్టిచేతులతో తిరిగి వెళ్లరని నాస్తికులు ఆస్తికులుగను, ఆస్తికులు భక్తులుగను, భక్తులు జ్ఞానులుగను అగుదురని భగవాన్ చెప్పినారు. ఈ కొండలోపల ప్రత్యేకముగా ఒక నాగరికత ఉన్నదని, సిద్ధులు తపస్సు చేసుకొంటున్నారని, నదులు, తటాకములు, ఉద్యానవనములు, రహదారులు కలవని శ్రీ రమణమహర్షి చూసి చెప్పినారు. ఈ కొండగాలి తగిలిన వారికి కొండమీద ఉన్న మూలికల ప్రభావము వలన కొన్ని భౌతిక వ్యాధులు ఉపశమించును. స్కాంద పురాణములో అరుణాచలగిరి విశిష్టత తెలుపబడి యున్నది. స్కందుడు, సుబ్రహ్మణ్యేశ్వరస్వామి, సనత్ కుమారుడు, జ్ఞాన సంబంధర్, శ్రీరమణ మహర్షి వీరికి భేదం లేదు. శివుని ఆజ్ఞచే మానవశరీరము ధరించి మధురై వద్దగల తిరుచ్చుళి అను గ్రామములో భగవాన్ శ్రీరమణమహర్షి 1879వ సం. డిసెంబరు 29వ తేది రాత్రి పునర్వసు నక్షత్ర లగ్నంలో సుందరమయ్యర్, అళగమ్మలకు జన్మించినారు. శ్రీరమణమహర్షి 11వ ఏట సుందరమయ్యర్ దేహము విడిచినారు. అప్పడు భగవాన్ మరణం గురించి అంతర్ముఖదృష్టితో విచారణ మొదలు పెట్టినారు. 1896 జూలై 16వ తేదీన భగవాన్ మీనాక్షి గుడివద్ద చొక్కప్ప నాయకన్ వీధిలో ఉన్న తన పినతండ్రి సుబ్బయ్యర్ ఇంటిలో పైభాగమున ఉన్న గదిలో చదువుకొంటూ ఉండగా అకారణముగా ఆయనను మరణభయము చుట్టుముట్టినది. అప్పడు ఆ

భయమును శ్రీరమణమహర్షి నిశ్చల మనస్సుతో పరిశీలించెను. ఇప్పడు ఈ దేహము చనిపోయినది. ఇది స్మశానమునకు తీసుకొని వెళ్లబడును అని తలంచినారు. ఆసమయములో ఆయన శరీరము నిజముగా చనిపోయినది. ఈ శరీరము చనిపోయినప్పటికీ చైతన్యవాహినిగా "నేను ఉన్నాను" అని అనుభవపూర్వముగా అప్పడు ఆయన తెలుసుకొనిరి. ఆ తరువాత తిరిగి చైతన్యం శరీరంలో ప్రవేశించి శరీరము కదలుట ప్రారంభించినది. అప్పటి నుండి భగవాన్ మనస్సు శుద్ధ చైతన్యములో స్థితి పొంది సహజసమాధిస్థితిలో స్థిరపడినారు. శివుని ఆజ్ఞమేరకు ఆయన 1896వ సం॥సెప్టెంబరు 1వ తేదీన తిరువణ్ణామలై వచ్చి అచ్చట ఏబది నాలుగు సంవత్సరములు ఆత్మబోధ చేసినారు, భగవాన్‌తో అన్నిరకముల జంతువులు, కుక్కలు, నెమళ్ళు, కోతులు, పాములు, ఉడతలు, గోవులు స్నేహముగా ఉండేవి. భగవాన్ సన్నిధిలో గోవులక్ష్మి, తల్లి అళగమ్మ, మరికొంతమంది భక్తులు మోక్షమును పొందినారు.

భగవాన్ తిరువణ్ణామలైలో నివశించిన ప్రదేశములు

1896వ సం॥	పెద్దగుడి (అరుణాచలేశ్వరుని ఆలయము), పాతాళ లింగం, గోపురాలు
1897 వ సం॥	గురుమూర్తం, మామిడితోట
1898 నుండి 1899 సం॥	పవలకున్రు, కొండగుహలు, పచ్చెయ్యమ్మన్ కోయిల్
1900 నుండి 1916 సం॥	విరూపాక్షగుహ
1916 నుండి 1922 సం॥	స్కందాశ్రమం
1922 నుండి 1950 సం॥	శ్రీరమణాశ్రమం

1950 వ సం॥ ఏప్రియల్ 14వ తేది రాత్రి గం॥ 8-47 ని॥లకు భగవాన్ దేహము విడిచి జ్యోతిస్వరూపముతో ఉల్కగా పైకి కనబడి అరుణాచలం కొండతో ఐక్యమయినారు.

పరిచయము

సర్వము ఆత్మమయమే. కాని మాయా దోషంవల్ల ఆత్మ విస్మృతి (మఱుపు) కలిగి, మనస్సుకు భేదబుద్ధి కలిగి, కృత్రిమ వ్యక్తిత్వం (Artificial "I") మనస్సులో తిష్టవేసుకొని మనకు అనేక మానసిక సమస్యలు, భౌతిక సమస్యలు తెచ్చి పెడుతున్నది. భేదబుద్ధితో ఉన్న మానసిక స్థితి, ఒక భ్రాంతి స్థితి (Illusion) మాత్రమే. సత్వగుణప్రధానమైన బుద్ధికి నిత్యానిత్య వివేచనము చేసే శక్తి ఉంది. ఈశ్వరుని కరుణ సహాయముతో ఈ "మిధ్యా నేను" (Aritificial "I") ఎవరు అని విచారణ చేపట్టినపుడు, ఈ మిధ్యానేనుకు అస్తిత్వం లేదని, కేవలం ఒక భ్రాంతియని అనుభూతమౌతుంది. తాదాత్మ్యము పొందుట మిధ్యానేనుకు స్వతస్సిద్ధము (Intrinsic). అందుచే ఈ తాదాత్మ్యము పొందే "నేను ఎవరు" అనే విచారణ చేసినపుడు, మిధ్యా నేను యొక్క పునాదులు కదిలి, మిధ్యా నేను తలక్రిందులగును. దీనినే మనోనాశము అంటారు.

విచారణా మార్గాన్ని భగవాన్ శ్రీ రమణ మహర్షి 54 సంవత్సరములు అనగా 1896 - 1950 వరకు బోధించటమే గాకుండా, ఆత్మ శాంతిని అనేక మందికి రుచి చూపించి, విచారణా మార్గానికి దారి సుగమం చేశారు. వారు 1950 ఏప్రియల్ 14వ తేదీన దేహం విడిచిన తరువాత కూడా, వారి సన్నిధి ప్రభావం సజీవంగా ఇప్పటికీ సత్యాన్వేషకులకు విచారణ చేయుటకు ఎంతో సహాయముగా ఉన్నది. సత్యజ్ఞానమును పొందాలనే తపన ఉన్న వారికి రమణ సన్నిధి ఒక కల్పతరువు వంటిది.

అందుచేత "నేను ఎవరు" అను విచారణ చేసి మనము ఆత్మ స్వరూపులమని తెలుసుకోవటమే ఈ జన్మ పరమార్థం.

ముందుమాట

మాయాదోషము వలన మహోన్నత సుఖముతో (Bliss) ఉన్న మన సహజస్వరూపమైన శుద్ధచైతన్య స్థితిని (Pure consciousness) మరచి, ప్రస్తుతము మనము అజ్ఞానస్థితిలో ఉన్నాము. అజ్ఞానములో (Self-ignorance) సామాన్యాంశమైన (common knowledge) "నేను ఉన్నాను" అనే ఉనికికి సంబంధించిన జ్ఞానము ఆబాలగోపవిదితము. విశేషాంశమైన (Essential knowledge) "నేను ఉన్నాను – అదిగా (బ్రహ్మముగా) ఉన్నాను" (oneness with ultimate reality, I am that I am) అనే జ్ఞానము మనకు ఉండదు. సామాన్యాంశము తెలిసి, విశేషాంశము తెలియకుండుటయే అజ్ఞానము. జీవునికి విశేషాంశము తెలియకపోగా అధ్యస్తదోషము (defect of superimposition) వలన, శరీరము జరిపే క్రియను, మానసిక క్రియను తనమీద ఆరోపించుకొని, కర్తృత్వము (Doership) భోక్తృత్వము (Enjoyership) లను విశేషాంశములుగా తోచును. ఇది కేవలం భ్రమ, ఇది అజ్ఞాన జనితము. దీనివలన భేదబుద్ధి ఏర్పడి తాను దేహము మాత్రమేననియు, మిగతా సృష్టి తనకు విడిగాను, వ్యతిరేకముగాను ఉన్నట్లు తోచును. అజ్ఞాన స్థితిలో, శుద్ధచైతన్యములో ఉన్న అలౌకిక సుఖంతో మనకున్న ఏకత్వానికి సంబంధించిన స్పృహ ఉండదు. అందుచేత జీవుడు బాహ్యంలో సుఖము కొరకు భేదబుద్ధితో వెదికే ప్రయత్నంలో విషయాకర్షణ మొదలయి, మనకు ఇష్టమైనవి సంప్రాప్తించినపుడు మనస్సు ఆనందమయ కోశము (Causal body) లోనికి ఉపసంహరింపబడి, దానికి సంబంధించిన సంతోషాన్ని తాత్కాలికంగా అనుభవిస్తుంది. ఈ సంతోషాన్ని తిరిగి పొందాలనే ప్రయత్నంలో (pursuit of pleasure) విషయాకర్షణ ప్రవాహం (continuous identity with nonself) మొదలవుతుంది. భేదబుద్ధిని రక్షించుటకు అరిషడ్వర్గాలు అనే మానసిక శక్తులు బయలుదేరతాయి. వీటివల్ల మనస్సు ఏకాకి (Isolate) అవుతుంది. సంతోషాన్ని ఎల్లప్పుడూ వెన్నంటి ఉండే దుఃఖం రాకూడదని మనం కోరుకుంటాము. కాని సంతోషం (pleasure) తో పాటు దుఃఖం (pain) ఎల్లప్పుడూ ఉంటుంది.

జ్ఞానికి బ్రహ్మముతో ఏకత్వము కరతలామలకము. ఇదే మనకు జ్ఞానికి ముఖ్యమైన తేడా. మనము బ్రహ్మముతో ఏకముగా ఉన్నాము అనే విశేషాంశము తెలుసుకొనుటకు భగవాన్ శ్రీరమణ మహర్షి బోధించిన "నేను ఎవడను" అనే విచారణ, మిక్కిలి ఉపయోగకారి. భక్తి, నిష్కామ కర్మ మనస్సును "నేను ఎవడను" అను విచారణ చేయుటకు సిద్ధపరచును. ప్రస్తుతము మనము బ్రహ్మముతో ఏకముగా ఉన్నప్పటికి, ఆ స్పృహ మనకు లేదు. (We are unconscious of unity with ultimate reality) దానిని చేతన స్థితికి (conscious unity with ultimate reality) తీసుకువచ్చేందుకు

మార్గం సుగమం చేసేది, గురుకృప ద్వారా జరిగే "నేను ఎవడను" అనే విచారణ. బ్రహ్మముతో మనకున్న ఏకత్వస్థితిని, అచేతనస్థాయి నుండి (unconscious unity with ultimate reality) చేతన స్థాయికి (conscious unity with ultimate reality) తీసుకువచ్చేందుకే సృష్టి పరిణామక్రమం యొక్క ప్రయోజనం. దీనిలో భాగంగానే "నేను దేహమును" అనే తలంపుద్వారా దేహస్పృహ కలిగి, దాని ద్వారా సృష్టికి సంబంధించిన జ్ఞానం కలుగుతుంది. సృష్టి జ్ఞానాన్ని తెలుసుకొనేందుకు, ఆభాస చైతన్యానికి ఏదో రూపంలో (form) సహజీవనం తప్పనిసరి. రూపాలతో (దేహాలతో) సహజీవనం వల్ల, ప్రకృతికి సంబంధించిన సంస్కారములు ఏర్పడతాయి. (Natural tendencies) భేదబుద్ధితో మనము ఇతరములతో ఏర్పరుచుకొన్న సంబంధాలవల్ల, మరికొన్ని సంస్కారములు ఏర్పడతాయి. (tendencies formed out of relationship with others) ఈ సంస్కారాల సమూహము, మనము బ్రహ్మముతో ఏకముగా ఉన్నాము అనే సత్యమును ఎరుక పడకుండా చేస్తుంది. అణువు మొదలు, మానవుని దశ వరకు ఏర్పడ్డ సంస్కారములు చేతన మనస్సుకు ఎరుకపడిన తరువాత మాత్రమే, మనకు బ్రహ్మముతో గల ఏకత్వము గోచరిస్తుంది. మనకు లోచూపు కలిగిన తరువాత, మన మూలమునకు చేరుకొనే దశలో, మనం స్థూల, సూక్ష్మ, కారణ శరీరాల తాదాత్మ్యం నుండి విడివడతాము. మనస్సును బాహ్యముఖం చేసేవి సంస్కారాలే, మనకు లోదృష్టి కలిగినప్పుడు, సంస్కారాల పట్టు మనమీద తగ్గి, బాహ్యదృష్టి తగ్గుతుంది. ఎరుకలో సమిష్టిమాయ (cosmic illusion) నుండి విడుదల పొంది బ్రహ్మముతో మనకున్న ఏకత్వమును (identity with oversoul) స్పృహలోనికి తెచ్చుకోవటమే ఆధ్యాత్మిక సాధనల లక్ష్యము.

"నేను దేహమును" అనే మూలతలంపు దేహస్పృహను (consciousness of body) మాత్రమే కలుగజేయును. అది మనకు ఒక భూతద్దంలా ఉపయోగపడి, మనస్సులోని సూక్ష్మమైన సృష్టిని, బాహ్యంగా స్థూలంగా కానుపింపజేసే పరికరము. దీనివలన సృష్టి అవగాహన మనకు తేలికవుతుంది. ఆధ్యాత్మిక పురోగతికి "నేను దేహమును" అనే తలంపు ఏమాత్రము ఆటంకము కాదు. సుషుప్తిలో "నేను దేహమును" అనే తలంపు ఉండదు, కాని ఆ తలంపు లేని సుషుప్త్యావస్థ ఆధ్యాత్మిక పురోగతికి ఏమాత్రము సహాయకారి కాదు. ఆధ్యాత్మిక సాధనలో దేహమును గాని, "నేను దేహమును" అనే మూలతలంపును గాని నిందించవలసిన పనిలేదు. అవి కలుషితము కానంతవరకు అవి ఆధ్యాత్మిక పురోగతికి సహాయకారులుగా ఉండును. చిక్కు అంతా సంస్కారములలో ఉన్నది. అవి మనకు మైధునీ భావముతో (orgasmic identity with body) దేహతాదాత్మ్యము కలుగజేసి, "నేను దేహమును మాత్రమే" అనే కృత్రిమ పరిమితిని కలుగజేసి మనము బ్రహ్మముతో ఏకముగా ఉన్నాము అనే జ్ఞానానికి అడ్డువచ్చుచున్నవి.

దేహస్పృహ వేఱు, దేహతాదాత్మ్యం వేఱు. దేహ స్పృహ "నేను దేహమును" అనే మూలతలంపు వలన కలుగును. సంస్కారముల వల్ల దేహతాదాత్మ్యము (Identity with body) కలిగి "నేను దేహమును మాత్రమే" అనే పరిమిత బుద్ధి కలుగును. దీనిని దేహాత్మబుద్ధి అంటారు. అంటే దేహము మాత్రమే తానని అనుకోవటం. అందుచేత సంస్కారముల పట్టులో ఉన్నప్పుడు "నేను దేహమును" అనే తలంపు కలుషిత మగును, సంస్కారాలపట్టులో లేనప్పుడు "నేను దేహమును" అనే తలంపు సహజముగా కలుషితము లేకుండా శుద్ధముగా ఉండును. కలుషితము గాని "నేను దేహమును" అనే తలంపు రెండు మానసిక అవస్థలమధ్య గాని, ఆలోచనకు ఆలోచనకు మధ్యలోగాని, మనము ఎరుకలో ఉంటే గోచరిస్తుంది. ఉదాహరణకు నిద్రలేచిన వెంటనే సంస్కారాలపట్టు మన మీద ఇంకా రానప్పుడు, ఈ "కలుషితము గాని నేను దేహమును" అనే తలంపు కొంత సమయం ఉంటుంది. ఈ సమయంలో ఎఱుకలో దానిని పట్టుకొని వదలక ఉంటే, తరువాత మనకు విషయాలు గోచరించినప్పటికీ, విషయాకర్షణ ఉండదు. అందుచేత మన అందరకు అందుబాటులో ఉండే "కలుషితము గాని, సంస్కారాలతో సహజీవనం చేయని శుద్ధమైన "నేను దేహమును" అనే మూలతలంపును ఉపయోగించుకొని, దానికి మూలమైన శుద్ధచైతన్యమును (pure consciousness) కనుగొనవచ్చును. కాని సంస్కారాలతో సహజీవనం చేసినంతకాలం, మన మనోమూలం మనకు తెలియబడదు.

సంస్కారాల గురించి, అహంభావము పనిచేసే విధానాల గురించి మనము పరిశీలన జరపకుండా శుద్ధచైతన్యంతో మనకున్న ఏకత్వం ఎరుక పడుతుందనుకోవటం వట్టి భ్రమ. సంస్కారాల సముదాయమనే మూసలో మనస్సు మలచబడి (mind that is conditioned by tendencies) తదనుగుణంగా వ్యవహరిస్తుంది. సంస్కారాల కనుగుణంగానే అట్టి మనస్సు వ్యవహరిస్తుంది గనుక, మలచబడిన మనస్సుకు (conditioned mind) స్వేచ్ఛలేదు. "నేను ఎవడను" అనే విచారణ చేయుటకు మలచబడని, స్వేచ్ఛగా ఉన్న మనస్సు (free mind, unconditioned mind) అవసరము. ఒక విషయము మీద శ్రద్ధగా హృదయపూర్వకంగా దృష్టి పెట్టినప్పుడు మనకు నిశ్చల మనస్సు సిద్ధిస్తుంది. నిశ్చల మనస్సు స్వేచ్ఛగల (stillmind is free mind) మనస్సు. తనలోని సంస్కారాలను స్వేచ్ఛతో, శ్రద్ధతో, నిశ్చలమనస్సుతో పరిశీలించటమే "నేను ఎవడను" అనే విచారణ, ఇదే లోచూపు. (insight) ఈ పరిశీలనలోనే మనస్సు సంస్కరించబడి, సంస్కారాల నుండి విముక్తి లభిస్తుంది. సంస్కారములు, అహంభావం గురించి మనకు సమగ్రమైన అవగాహన (comprehensive understanding of tendencies and ego) కలిగినపుడే వాటినుండి విడుదల పొంది, బ్రహ్మముతో మనకున్న ఏకత్వమును తెలియుటకు వీలున్నది. ఈ విశేషాంశము గురించి శోధన చేయటమే "నేను ఎవడను"

అనే సత్యాన్వేషణ. సత్యముతో మనము ఏకముగా ఉన్నాము (Union with ultimate reality) అనే అనుభవజ్ఞానము "నేను ఎవడను" అనే విచారణ వల్ల సిద్ధించును. అప్పుడు మనస్సుకు సంకల్ప, వికల్ప ధర్మం నశించి (మనోనాశం) అన్ని అరిష్టాలకు కారణమైన భేదబుద్ధి సమూలంగా నాశనమౌతుంది. దీనినే "మనోనాశం"గా వ్యవహరిస్తారు. "నేను దేహమును" (జీవుడు) అనే తలంపులోని ఆభాసచైతన్యమునకు, తాను శుద్ధచైతన్యముతో ఏకముగా (unity with ultimate conscious reality) ఉన్నానని ఎరుకలో స్పృహ కలిగినప్పుడు జీవుడు సంస్కారములనుండి విడుదల పొందుతాడు. ఈ స్థితిని "శుద్ధ అహం" అంటారు. దేవుని కృపవలన మనకు నిజమైన ఆధ్యాత్మికత (Real religiosity) కలిగినప్పుడు మనస్సులో ఎఱుక ఉప్పెనగా ప్రవహించి అహంభావపు ఛాయ కూడా లేకుండా అహంభావము నాశనమగును. అప్పుడు మనస్సు సృజనాత్మకమై,, అది నిత్యనూతన సచ్చిదానంద బ్రహ్మమును నిరంతరము ఆస్వాదించుచుండును. అపుడు మనకు విపరీతమైన శక్తి కలుగును. ఈ స్థితిలో మనస్సు పాదరసము వలె పనిచేసి, వ్యావహారిక క్రియ కుశలతతో (with skill) చేయుట వలన, ఈ తరహా ఆధ్యాత్మిక జీవనంలో భాగంగా ఉండే వ్యావహారిక జీవనము కూడా ఆరోగ్యకరముగా ఉండును. అందుచేత జిజ్ఞాసువులందరూ విచారణ చేసి బ్రహ్మముతో తమకున్న ఏకత్వమును స్పృహలో తెలుసుకొనుటకు ప్రయత్నింతురు గాక!

డా॥ పి.వి.యస్. సూర్యనారాయణ రాజు.

విచారణా మార్గం విశిష్టత

అసలు ఉన్నది ఏక వస్తువైన అనంతమైన శుద్ధ చైతన్యము (పరమాత్మ). ఏక వస్తువైనందువల్ల దానిని తెలుసుకొనేవారు మరొకరు ఉండరు. కనుక, తనను తాను తెలుసుకోవాలనే లీలా విలాసము **(First urge to know itself, whim)** దానిలో అనంతముగా అంతర్లీనంగా నిబిడీకృతమై యుంటుంది. అనంతమైన శుద్ధ చైతన్యము యొక్క ఛాయ (మాయ, **Nothingness**) కూడా అనంతముగా ఉంటుంది. తనను తాను తెలుసుకోవాలనే లీలా విలాసము, వ్యక్తమవటానికి **(mainifestation of first urge)**, మాయతో శుద్ధచైతన్యానికి సంపర్కం ఏర్పడినప్పుడే జరుగుతుంది. తనను తాను తెలుసుకోవాలనే లీలా విలాసము **(First urge, whim)** అనంతమైనప్పటికి, అది శుద్ధచైతన్యములోని పరిమిత బిందువుకు మాత్రమే పరిమితమౌతుంది. ఈ బిందువు యొక్క కాంతి మాయలో ప్రతిఫలించినపుడు, దానిని ఆభాస అంటారు. ఈ ఆభాస **(Reflected Consciousness)** మాయ యొక్క సత్వగుణము యొక్క పట్టులో మాత్రమే ఉన్నప్పుడు, ఈ ఆభాస అనే ప్రతిఫలించిన బిందువుకు తన స్వరూపము ఆత్మయని తెలుస్తూనే ఉంటుంది. మహామాయ **(Infinite Nothingness)** సత్వగుణ ప్రధానము. ఈ స్థితిలో బిందువుకు, శుద్ధ చైతన్యసాగరముతో తాను ఏకముగా **(Union with ultimate reality)** ఉన్నానన్న జ్ఞానముంటుంది. కాని తనను తాను తెలుసుకోవాలనే లీలా విలాసము వ్యక్తమయ్యే పరిస్థితులు కల్పించడానికి పరమాత్మలో మూల అవిద్య అనబడే శక్తి అనంతముగా ఉంటుంది. ఈ మూల అవిద్య అనబడే శక్తి శుద్ధ చైతన్యములోని అత్యంత పరిమిత బిందువుకు, తాను శుద్ధ చైతన్యములో భాగమనే జ్ఞానాన్ని లేకుండా చేస్తుంది. దీనిని ఆవరణదోషం అంటారు. ఆ స్థితిలో ఆ బిందువుకు తన అస్తిత్వము తనకు తెలియకుండా, ఏ ఉపాధితోను సంపర్కము లేకుండా, ఏ సంస్కారము లేకుండా, అచేతనముగా, ప్రశాంతముగా ఉంటుంది. ఇది ఇంచుమించు రోజూ మనకు కలిగే సుషుప్తి స్థితి (గాఢ నిద్ర) వంటిది. కాని గాఢ నిద్రలో మన సంస్కారములు క్రియాశూన్యముగా ఉంటాయి. కాని పైన చెప్పిన బిందువుకు ఏ సంస్కారము ఉండదు. ఈ బిందువుకు తనను తాను తెలుసుకొనే లీలా విలాసము వల్ల, తన అచేతనము, అవిభాజ్య, ప్రశాంతస్థితికి ఒక అఘాతములా **(Shock)** తగిలినప్పుడు, అనంతమైన ఛాయ **(maha maya,**

Infinite nothingness) అట్టి అచేతన, అవిభాజ్య, ప్రశాంత స్థితిలో ఉన్న బిందువు ద్వారా స్రవించటం మొదలవుతుంది. ఈ బిందువునే జీవుడు, లేక సృష్టిబిందువు, లేక ఓం బిందువు అనే నామాలతో వ్యవహరింపబడుతుంది. ఈ బిందువుకు పైన పేర్కొనబడినట్లుగా, తనను తాను తెలుసుకోవాలనే లీలా విలాసము (First urge) యొక్క అఘాతము తగిలినప్పుడు, ఈ అచేతన స్థితిలో ఉన్న బిందువుకు, తాను "పరిమిత చైతన్యము" (limited consciousness) అనే ప్రథమ సంస్కారము కలుగుతుంది. తాను పరిమిత చైతన్యము అనే ప్రథమ సంస్కారము అనుభవించడానికి ఉపాధి అవసరము. అందుచేత తాను "పరిమిత చైతన్యము" అనే సంస్కారానికి ఉపాధితో తప్పక సహజీవనం చేయవలసిన పరిస్థితి ఏర్పడును. అప్పుడు ఆ బిందువుకు "నేను దేహమును" అనే భ్రాంతి కలుగుతుంది. ఈ విధముగా ఇంతవరకూ చైతన్య సముద్రముతో ఏకముగాఉన్న బిందువుకు(minutest point of pure consciousness in one with the ultimate reality) తాను పరిమిత అస్తిత్వము కలదియని, మిగతాది తనకు విడిగాను, వ్యతిరేకముగాను ఉన్నదనే భేదబుద్ధి కలుగుతుంది. అంతవరకు, శుద్ధచైతన్య సముద్రంలో ఏకత్వముననుభవించిన బిందువు, మాయ తనలో స్రవించటం (oozing of nothingness) వల్ల బుడగగా మారి, అచేతనపు బిందువు, పరిమిత చైతన్యం పొందుతుంది. కాని ఈ "పరిమిత చైతన్యం" సంస్కారాలకు సంబంధించినది, శుద్ధ చైతన్యానికి సంబంధించినది కాదు. అందుచేత ఈ స్థితిలో బిందువుకు తానున్నట్లు తెలుస్తూ ఉంటుంది. తాను ఉన్నట్లు తనకు తెలియటం సామాన్యాంశం అంటారు. తాను పరమాత్మతో ఏకముగా ఉన్నాను అనే విశేషాంశమునకు సంబంధించిన జ్ఞానముండదు. సామాన్యాంశము తెలిసి విశేషాంశము తెలియని స్థితినే "అజ్ఞాన స్థితి" (Self-ignorance) అంటారు. ఈ విశేషాంశమును, అనగా మనము పరమాత్మతో ఏకముగా ఉన్నాము (Union with the ultimate reality) తెలియుటకు ఉపకరించేది "నేను ఎవడను" అనే విచారణ. ఒక్క ఆత్మజ్ఞాని తప్ప సృష్టిలో ఉన్న మానవులందరూ అజ్ఞాన స్థితిలో ఉంటారు. అందుచేత అందరూ విచారణ చేయవలసిన ఆవశ్యకత ఉన్నది. మానవజన్మ విచారణ చేయటానికి భగవంతుడిచ్చిన గొప్ప అవకాశం. చిల్లర విషయాల జోలికి వెళ్ళకుండా విచారణ చేయటం మన ధర్మం. ఆత్మజ్ఞాన స్థితి నుండి అజ్ఞాన స్థితిలోకి పడిపోవటమే మానవుని దురదృష్టం. ఇదే బైబిల్‌లో

చెప్పిన "original sin" (మొదటి పాపము). మూల అవిద్య వల్ల శుద్ధ చైతన్య సాగరములోని అత్యంత పరిమిత బిందువుకు కలిగిన అచేతన స్థితి ఫలితముగా మనకు అజ్ఞాన స్థితి కలిగినది. అజ్ఞాన స్థితిలో కూడా బిందువు ఎన్నడూ శుద్ధచైతన్య మహాసాగరము నుండి ఎప్పుడూ విడిగా ఉండదు. విడిగా ఉన్నట్లు "భ్రాంతి" మాత్రము ఆ బిందువును ఆవరించి ఉంటుంది. జీవునిపై ఉన్న భ్రాంతి జనితమైన ఈ అజ్ఞానపు ముసుగు తొలగించుకొనటమే ఆధ్యాత్మిక సాధనల లక్ష్యము.

"నేను పరిమిత చైతన్యమును" అనే మొదటి సంస్కారము "నేను దేహమును" అనే మొదటి తలంపు ద్వారా, దేహ తాదాత్మ్యము పొంది, తాను దేహమే అనే భ్రాంతిలో ఉంటుంది. దీనిని "దేహాత్మ బుద్ధి" అంటారు. అంటే దేహము "మాత్రమే" తానని అనుకోవటం. దేహము ద్వారా ఈ పరిమితచైతన్యము తనకున్న సంస్కారములను అనుభవిస్తుంది. ఈ అనుభవించే ప్రక్రియలో ఈ "పరిమిత చైతన్యము" కొత్త సంస్కారములను పోగుజేసుకొంటుంది. ఈ కొత్త సంస్కారములను అనుభవించడానికి, కొత్త ఉపాధులు అవసరము. అంతకు ముందు ఉపాధి ద్వారా పోగుజేసుకొన్న సంస్కారములు, కొత్త ఉపాధికి ఒక మూసవంటివి. ఈ విధంగా పరిణామక్రియ మొదలవుతుంది (the process of evolution). మొదటగా ఈ "పరిమిత చైతన్యము" సూక్ష్మాతి సూక్ష్మమైన వాయు ఉపాధులతోను, తరువాత మత్స్య ఉపాధులతోను, తరువాత పక్షి ఉపాధులతోను, తరువాత జంతు ఉపాధులతోను, చివరిగా మానవ ఉపాధితోను సహజీవనం చేస్తుంది.

మానవ ఉపాధిలో "పరిమిత చైతన్యం" తాను సంస్కారములలో ఇరుక్కొన్నట్లు తెలుసుకొంటుంది. సంస్కారములను వదిలించుకోవడానికి విశ్వప్రయత్నం చేస్తుంది. సంస్కారసముదాయము మనకు ఆత్మస్వరూపం గోచరించకుండా చేస్తుంది. సంస్కారముల వల్ల మనస్సు బహిర్ముఖమయి, ఆత్మ స్వరూపానికి మనం దూరమవుతాము. దీనినే ఆత్మ విస్మృతి (Self-forgetfulness) అంటారు. మానవ జన్మ వరకు "పరిమిత చైతన్యము" నకు సంస్కారములను ప్రోగు చేసుకొనే గుణం ఉంటుంది. కాని మానవ ఉపాధితో సహజీవనం చేసినపుడు, సంస్కారములలో ఇరుక్కొని మనం కష్టాలు తెచ్చుకున్నాము అనే జ్ఞానం కలిగినప్పుడు, ఆ సంస్కారాలను ఖర్చుపెట్టే ప్రక్రియ మొదలవుతుంది. దీనినే పునర్జన్మ ప్రక్రియ అంటారు. మానవ చైతన్యము మధ్యమధ్యలో స్థూల ఉపాధితో తాదాత్మ్యము

పొందుట, విడిపోవటము పునర్జన్మ క్రమముగా (process of reincarnation) వ్యవహరింపబడుతుంది. మానవ జన్మకు ముందు వివిధ సంస్కారములు "పరిమిత చైతన్యము" నకు ఎక్కువైన పరిమిత చైతన్యమును సంప్రాప్తింపజేస్తాయి. "పరిమిత చైతన్యము" మానవ ఉపాధితో తాదాత్మ్యము పొందినప్పుడు చైతన్య వికాసము (mental evolution) సంపూర్ణమైనది. కాని దానికింకా తాను ఏకైకము (unitary), అవిభాజ్యము (indivisible), శాశ్వతము (eternal) అనంతము (infinite) అనే ఎఱుక ఎంతమాత్రము లేదు. తన శాశ్వత, అనంతస్థితి యొక్క ఎఱుకను పొందటం కొఱకై, ఆదిలో ఎఱుక లేని ఆత్మబిందువులో వ్యక్తమైన తొలిప్రేరణ యొక్క అయత్నకృతమైన (effortless action) ఫలితమే పునర్జన్మ.

చైతన్యమును ఈ సంస్కారభారము నుండి విడుదల చేసే ప్రయత్నంలో, ఆత్మయొక్క స్థూల చైతన్యము, పునర్జన్మ పరంపరలో, అసంఖ్యాకమైన, పరస్పర వ్యతిరేకమైన అనుభవముల ద్వారా ఈ సంస్కారములను అనుభవించడానికి కలిగే పునర్జన్మ ప్రతిదశలోను మరింతగా బంధింపబడుతూ ఉంటుంది. "పరిమిత చైతన్యము" తాను పూర్వము ప్రోగుజేసుకొన్న వ్యతిరేక సంస్కారములను రహిత పరచుకోగోరుతుంది. కాని ఈ ప్రయత్నంలో నూతన ద్వంద్వ సంస్కారములను ప్రోగుజేసుకొంటుంది. సంస్కార రహిత సమతుల్యతలో స్థిరపడటంలో చైతన్యము సఫలమయ్యేవరకు, స్థూల ప్రపంచంలో అంతులేని జీవ పరంపర, అవశిష్ట (dormant, ఖర్చు పెట్టబడని) సంస్కారములచే పరిపోషింపబడుతూ ఉంటుంది. అనుభవించబడే ప్రతి సంస్కారానుభవము సృష్టించే ప్రతి సంస్కారము, ఏదో ఒకరీతిలో తద్వ్యతిరిక్త సంస్కారముతో సరితూగే విధముగా ఆ సంస్కారములను అనుభవించటమే మార్గము.

పునర్జన్మ క్రమము చైతన్యవ్యావర్తమును (involution of consciousness) ఎంత లోతువరకు సాగేట్లు పురికొల్పుతుందంటే, ఈ "పరిమిత బిందువు" యొక్క పూర్తిగా వ్యావర్తనమొందిన చైతన్యము (involution of consciousness) తన స్వీయ, అనంత శాశ్వత స్థితి యొక్క సత్యత్వమును అనుభూతి పొందుతుంది. ఈ సమయమును లోనే సద్గురువు తారసపడి, ఇట్టి జీవునికి ఆత్మజ్ఞాన ప్రకాశాన్ని ప్రసాదిస్తాడు. అపుడు అట్టి మానవుడు ఉద్ధరింపబడి కాలక్రమేణా, తన అంతిమ గమ్యమైన భగవదనుభూతితో తాను ముఖాముఖిగా

ఉన్నట్లు తెలుసుకొంటాడు. ద్వంద్వములకు (antinomies) సంబంధించిన స్థూల సంస్కారములు క్రమముగా బలహీనమయ్యేకొద్దీ, చైతన్యము యొక్క వ్యావర్తన ప్రక్రియ క్రమక్రమముగా జరుగుతూ ఉంటుంది.

"నేను దేహమును" అనే ప్రధమ తలంపు "పరిమిత చైతన్యమునకు" దేహస్పృహ కలిగేటట్లు చేయును. ఈ తలంపు సంస్కారముల పట్టులో లేనప్పుడు "శుద్ధ అహముగా" (pure "I", pure ego) ఉండును. సంస్కారముల పట్టులో ఉన్నప్పుడు మలినఅహముగా (contaminated "I", fully evolved ego) అగును. మనస్సు ఒక అవస్థనుండి మరొక అవస్థకు మారే సంధికాలంలోను, లేదా ఆలోచనకు, ఆలోచనకు మధ్యలో ఉన్న సమయములోను "శుద్ధ అహమును" మనము కనుగొనవచ్చును. శుద్ధ అహము ఆభాసచైతన్యము (reflected consciousness) తో మాత్రమే నిండి స్వరూప జ్ఞానం కలిగి ఉంటుంది. దీనిని వృత్తి జ్ఞానం, లేక ఆత్మాకారవృత్తి లేక బ్రహ్మాకార వృత్తి అంటారు. మనకు ఒక సమస్య ఎదురైనపుడు, దానిని హృదయ పూర్వకంగా పరిశీలించినపుడు, మనకు నిశ్చల మనస్సు సిద్ధిస్తుంది. నిశ్చల మనస్సు ద్వారా, అసలు మనస్సు ఏవిధంగా క్రియ సల్పుతోంది, ఏ మార్గములో ప్రయాణిస్తోంది అనే దాని మీద మనకు సమగ్రమైన అవగాహన చేకూరుతుంది. నిశ్చల మనస్సు ఆత్మజ్ఞానం ప్రతిఫలించేందుకు ఏర్పడ్డ మానసిక స్థితి, ఇది ఆత్మజ్ఞానానికి ఒక ద్వారం వంటిది. అంతేకాని నిశ్చల మనస్సే అంతిమ స్థితి కాదు.

ఈ విధముగా సంస్కార రహితమైన జీవుడు మొదట శూన్య స్థితి యొక్క ఎఱుక పొందుతాడు (awareness of infinite nothingness) . దీనినే గౌతమ బుద్ధుడు అనత్త (anatta) లేక నిర్వాణ స్థితి అన్నారు. బ్రహ్మముతో భిన్నముగా ఉన్నాను అనే అజ్ఞానము, ఆత్మాకారవృత్తి ద్వారా నశించినపుడు, మనోనాశము కలిగి "అహంబ్రహ్మాస్మి" (నేను పరబ్రహ్మమును) అనే స్థితి కలుగుతుంది. దీనిలో అహంభావపు ఛాయ లవలేశంగా కూడా ఉండదు. క్షణ, క్షణం సృజనాత్మకంగా (creative) ఉండి మనస్సు సంపూర్ణంగా సంస్కరింపబడి ఆరోగ్యప్రదంగా ఉండి మానవాళి సమస్తమునకు శుభం చేకూరుస్తుంది. జిజ్ఞాసువులెల్లరూ భగవాన్ శ్రీరమణ మహర్షి కృప ద్వారా విచారణ చేసి ఈ స్థితిని పొందుదురు గాక!

ఆధ్యాత్మిక హృదయము

(Real "I")

దేహాత్మబుద్ధి ఉన్న వారికి శరీరము ఉన్నట్లు తెలుస్తూనే ఉంటుంది. శరీర స్పృహ శరీరం అంతా వ్యాపించి ఉన్నప్పటికీ, శరీరం అంతా మనం కాదు. ఏవో కారణాల వల్ల మన అంగాలు, ఇంద్రియాలు లేనప్పటికీ మనం ఉన్నట్టు మనకు తెలుస్తూనే ఉంటుంది. అందుచేత 'నేను ఉన్నాను' అనే చైతన్యానికి మనలోనే ఒక కేంద్రం తప్పక ఉండాలి. దేహబుద్ధి కలవాడు 'నేను' అన్నాడంటే, నేను దేహమును అని, అతని ఉద్దేశము. 'నేను దేహమును' అనే తలంపు, ఎక్కడ పుట్టి, దేనిలో లయమౌతుందో అదే ఆత్మస్థానమైన ఆధ్యాత్మిక హృదయము. తలంపు హృదయము నుండి పుట్టి, దానిలో లయిస్తుంది. కనుక, హృదయము తలంపుకు ఒక విషయము కాదు (spiritual heart is not an object for thought to see). అది మనకు కేంద్రమా, కాదా అనే అనుమానం ఎప్పుడు వస్తుందంటే, మనం భౌతికమైనదానితో (physical) స్థూలమైన దానితో (tangible) తాదాత్మ్యం పొందినప్పుడు. ఈ కేంద్రంలేని చోటులేదు. కాని దేహాత్మ బుద్ధి కలవారికి, సాపేక్ష జ్ఞానంలో (relative knowledge) కూరుకుపోయిన వారికి అర్థమవటం కోసం, శరీరంలో ఈ కేంద్రం వెలుగొందే చోటు, ఛాతి కుడిభాగాన (right side of chest) ఉన్నదని సూచించవలసి వస్తున్నది. ధ్యాన వాహిని ఈ కేంద్రంలోనే జరుగుతుంది. ప్రపంచము, శరీరము దీనిలోనే స్థితిపొంది ఉంటాయి. దేహబుద్ధి ఎక్కువగా ఉన్నవారికి ఆధ్యాత్మిక హృదయం ఒక సిద్ధాంతంలా అనిపిస్తుంది.

ఆధ్యాత్మిక హృదయము ఓజస్సుకు (pure energy) స్థానము, జీవశక్తి (life current) దీనినుండే బయలుదేరుతుంది. సర్వము దానినుండే ఉద్భవించి, దానిలోనే లయిస్తాయి. అన్నిటికి ఆధారము (support) అదే గనుక దానిని హృదయము (ఉల్లము) అంటారు. ఇది తలంపు ఏదియు లేక తలంపులకు మూలమైన సద్వస్తువు. ఆధ్యాత్మిక హృదయము, శరీరము ఉన్నప్పుడు, శరీరము లేనప్పుడు కూడా స్ఫురణగా, స్పందన రూపంలో ఎల్లప్పుడూ పనిచేస్తూ ఉంటుంది. ఆధ్యాత్మిక హృదయము శరీరములో ఒక భాగంకాదు. శరీరము మరణించినప్పటికి 'నేను ఉన్నాను' అనే స్ఫురణకు తెంపు (break) ఉండదు. ఇది సున్నితమైన మనస్సు (sensitive mind) కలవారికి మాత్రమే తెలుస్తుంది.

ఆధ్యాత్మిక హృదయము సహజంగా ఎలా ఉండాలో అలా ఉంటుంది. దాని గురించి తప్పుడు అభిప్రాయాలు (false notions) ఏర్పరుచుకొనే కొద్దీ, దాని దర్శనం మనకు దూరమవుతుంది. అందుచేత ఆధ్యాత్మిక హృదయం గురించి తలంచుట మానివేసి,

దానిలో స్థితి పొందుటకు ప్రయత్నించాలి. దేహంతో తాదాత్మ్యం వల్ల, ఆధ్యాత్మిక హృదయం మీద మనం పట్టు (దృష్టి) కోల్పోయాం. ఉపాధి చలనములను మనమీద ఆరోపించుకున్న మూలాన మనకు ఈ దుర్గతి పట్టినది.

అందుచేత అన్నిటికీ మూలమైన స్వయంజ్యోతి స్వరూపమగు ఆధ్యాత్మిక హృదయమే మన స్వరూపము. మనస్సు దానిలో స్థితి పొందటమే నిజమైన భక్తి, జ్ఞానం, యోగం, ఇదే భావశూన్య సద్భావ సుస్థితి. మనస్సు ఆధ్యాత్మిక హృదయంలో స్థితి పొందినప్పుడు మనస్సు ఆత్మాకారం చెందుతుంది.

బాహ్య గురువుయొక్క మనస్సు, ఆధ్యాత్మిక హృదయంలో స్థితి పొంది ఉంటుంది. మనస్సును ఆధ్యాత్మిక హృదయంలో ఎలా స్థితి పొందించుకోవాలో ఆయన మనకు మార్గము చూపుతాడు. అందుచేత బాహ్య గురువును ఆశ్రయించి ఆయన ద్వారా మనస్సును ఆధ్యాత్మిక హృదయంలో స్థితి పొందేలా చేసే ప్రయత్నమే నిజమైన సాధన. ఇదే మానవ జన్మ పరమార్థం.

అసత్యపు "నేను" (Ego, false "I")

"నేను దేహమును" అనే తలంపే అసత్యపు "నేను". అది చేసే వివిధమైన పనులను బట్టి, దానిని అహంభావము, బుద్ధి, మనస్సు, చిత్తము అని వ్యవహరింతురు. "నేను దేహమును" అనే తలంపే జీవుడు. శుద్ధ చైతన్యము యొక్క కాంతి మనస్సులోని వాసనల మీద పడినప్పుడు ఆ కాంతి, ప్రతిఫలించి మనస్సులో ఆభాసకాంతి ఉండును (reflected consciousness). ఈ ఆభాసకాంతి అనాత్మతో తాదాత్మ్యము పొందినప్పుడు మనస్సు ఒక చోద్యముగా (phenomenon) ఉన్నట్లు అనిపించును. ఆభాసకాంతి దేనితోను తాదాత్మ్యము లేని స్థితిలో మనస్సనేదే ఉండదు. అందుచేత మనస్సనేది అనగా, "నేను దేహమును" అనే తలంపు, పొసగని మూల సిద్ధాంతము (irreducible datum), విషయ తాదాత్మ్య ప్రవాహంవల్ల మాత్రమే మనస్సు ఎల్లప్పుడూ ఉండే నిజమైన వస్తువుగా మనకు తోస్తుంది. మిగతా తాదాత్మ్యాలకు, "నేను దేహమును" అనే మొదటి తాదాత్మ్యమే మూలము. మనకు ఆలోచనవస్తే, ఆ ఆలోచన తనే చేసినట్టు అసత్యపు నేను భావిస్తుంది. ఆలోచన, గుర్తు తెచ్చుకొనుట వివిధ కర్మలు తనే చేస్తున్నట్లు అసత్యపు నేను ఊహించుకొంటుంది. ఇవన్నీ తనవల్లే అవుతున్నాయని అనుకోవటం కేవలం మానసిక కల్పన. అన్నీ తనే చేస్తున్నట్లు పొరపాటుగా ఆరోపించుకొనేది (wrong assumption) అసత్యపు నేను. మనస్సు పరిధిలో మనం ఎఱుకలో చేసే ప్రతి పనీ, "నేను దేహమును" అనే తలంపుచుట్టూ తిరుగుతూ ఉంటాయి. "నేను దేహమును" అనే ఉత్తమ పురుష తరువాత, మధ్యమ, ప్రథమ పురుషలు తోచును. అందుచేత నేను, నీవు, వాడు అనే ఉత్తమ, మధ్యమ, ప్రథమ పురుషలు ఒకేసారి లేచి, ఒకేసారి కనుమరుగగును.

అసత్యపు నేను నిద్రలో క్రియాశీలంగా ఉండదు కనుక, నిద్రలో మనకు సుఖముగా ఉంటుంది. జాగ్రదావస్థలో అసత్యపు నేను క్రియాశీలముగా ఉన్నందువల్ల మనకు, స్వరూపజ్ఞానం కరువై, ఉన్నది లేనట్లు లేనిది ఉన్నట్లు తోచి, విపరీత జ్ఞానము (relative knowledge due to wrong perception) బయలుదేరి మనలను దుఃఖమునకు, అశాంతికి గురిచేయుచున్నది. "నేను దేహమును" అనే తలంపే సృష్టికి మూలము.

ఆత్మ జ్ఞానమునకు అడ్డుతగిలే "అసత్యపు నేను", నాకు ఆత్మ జ్ఞానం, ఆత్మ శాంతి కలగటం లేదని వాదిస్తుంది. నాకు ఆత్మ జ్ఞానం కలగటం లేదు, అనే భావనే ఆత్మ జ్ఞానానికి మొదటి అడ్డంకి.

విషయ తాదాత్మ్యక శక్తే "అసత్యపు నేను" లేక అజ్ఞానము (ignorance). విషయ తాదాత్మ్యమునకు మనము అతీతమైనప్పుడు, అజ్ఞానము నశించి ఆత్మ జ్ఞానము కలుగుతుంది.

"నేను దేహమును" అనే తలంపు శరీరముతో లేచి, శరీరముతో కనుమరుగగును. శరీరంతో తాదాత్మ్యంవల్ల "నేను దేహమును" అనే తలంపు కలుషితమౌతుంది. (contaminated "I")

"నేను ఎవరను" అనే విచారణలో "నేను" అంటే "అసత్యపు నేను" గురించే విచారణ. "నేను ఎవరను" అనే విచారణ, మనస్సు ద్వారా, ఆలోచన ద్వారా జరిగే ప్రక్రియకాదు. మన అంతరంగంలో "అసత్యపు నేను" యొక్క మూలం తెలుసుకొనే జిజ్ఞాస (inner quest, అంతర్విచారణ).

పుట్టుక, చావు, అసత్యపు నేనుకు సంబంధించినవి. "అసత్యపు నేను" మూలం తెలుసుకొనే ప్రయత్నంలో శాశ్వత వస్తువు మనకు గోచరమవుతుంది. "అసత్యపు నేను"ను మనం పట్టుకోగలిగితే, శాశ్వత వస్తువు దర్శనం తప్పక లభిస్తుంది.

విచారణ ఆవశ్యకత - మొదటి భాగం

చేతనమగు సాలీడు నుండి జడమగు దారము ఉత్పన్నమగునట్లు, నిత్యజ్ఞాన స్వరూపుడైన పరబ్రహ్మము నుండి మనో రూపమగు ప్రకృతి కలిగినది. ఇదే అనాత్మ. మనం మన స్వరూపమైన చైతన్యాన్ని మరచినపుడు, "నేను దేహము" అనే దేహబుద్ధి కలుగుతుంది. దేహబుద్ధి వలన దేహం కలిగి, చూచేవాడు, చూడబడేది, అనే భేదబుద్ధి కలుగుతుంది. భేదబుద్ధి వలన దుఃఖము కలుగుతుంది. భేదబుద్ధి కలిగించే మనస్సును మననం చేసేకొద్దీ దుఃఖం పెరుగుతుంది. మన దృష్టిని చైతన్యం వైపు తిప్పినపుడు మనస్సు చైతన్యంలో లయమవుతుంది. అపుడు దుఃఖం నశించి మన సుఖస్వరూపము, ఈశ్వర (గురు) కృప వలన వ్యక్తమగును. అందుచేత మనస్సుతో తాదాత్మ్యం పొంది ఎల్లప్పుడూ దుఃఖంగా ఉండటమో లేక మన సుఖస్వరూపంలో నిశ్చలంగా ఉండటమో అనేది జీవితంలో వెంటనే తేల్చుకోవలసిన విషయం. దీనికి విచారణ అత్యంత ఆవశ్యకం. గురుకృప లేకుండా విచారణ సాగదు.

విచారణ ఆవశ్యకత - రెండవ భాగం

ఆలోచించడం మానసిక ధర్మము. ఆలోచించడం అంటే గత జ్ఞాపకాల నుండి పరిమితిగా స్పందించే ప్రక్రియ. అందుచేత ఆలోచన ఖండ, ఖండాలుగా, ముక్కలుగా ఉంటుంది. ముక్కలుగా ఉన్న మూలాన భేదబుద్ధి దానికి సహజము. అనేక ముక్కలుగా ఉన్న ఆలోచనలు సముదాయముగా ఉన్నప్పటికి, దాని సహజధర్మమైన భేదబుద్ధి వెన్నంటే ఉంటుంది. అందుచేత భేదబుద్ధి ధర్మం కలిగిన ఆలోచనల వల్ల ఏకాకితనం, స్వార్థం తప్పక ఉంటాయి. స్వార్థం ఉన్నప్పుడు భయం వెన్నంటే ఉంటుంది. అందుచేత మనస్సు ప్రాథమిక ధర్మం ఏమిటంటే మనల్ని స్వార్థపూరితులుగా, ఏకాకిగా చేసేశక్తి. భేదబుద్ధి కలిగించే నేను, నాది, వల్ల నిరంతరము సంఘర్షణ ఉంటుంది. సోదరభావం, స్నేహశీలత, ఒకరికొకరు తోడుగా ఉండటం అనేవి ఎన్ని వల్లించినప్పటికీ, అహంభావం కేంద్రంగా ఉండి పనిచేస్తున్న మనకు, సంఘర్షణ, అశాంతి మాత్రమే ఉంటాయి. నమ్మకాలు,పాండిత్యం, మనకు కలిగిన అనుభవాలు, మనకు భద్రతగా అనిపించి, స్వార్థంగా ఉండే ఆలోచనా సరళిని బలోపేతం చేస్తాయి. అన్ని మతాలు మద్దత్తిచ్చే మానసిక క్రమశిక్షణ గతానికి సంబంధించిన నియమాలకు ప్రతిస్పందన. అందుచేత దానికి స్వేచ్ఛ ఉండదు. అటువంటి ప్రతిస్పందన అసత్యపు నేనును. నిరంతరం కొనసాగేలా చేస్తుంది. మానసిక క్రమశిక్షణలో లోబడటం, అణగదొక్కటం, కట్టుబాటు, ఏలుబడితనం ఇమిడి ఉంటాయి.

నమ్మకాలు, పాండిత్యం, అనుభవాలు, మానసిక క్రమశిక్షణ, అత్యాశ, ఫలాపేక్ష, ఏదో అయిపోవాలనే వాంఛ, నాశనానికి దారి తీస్తాయి. ఇవన్నీ శమిస్తే గాని సత్యదర్శనము జరుగదు. అందుచేత "నేను ఎవడను" విచారణ చేస్తే తప్ప, ఇవన్నీ శమించవు. అందుచేత ప్రతివారు, జీవితంలో మొట్టమొదటి చేయవలసిన పని, "నేను ఎవడను" అనే విచారణ

అజ్ఞానము - ఆత్మజ్ఞానము

ఆత్మ సుఖ స్వరూపము. మాయాదోషంవల్ల నేను ఆత్మను కాను అనే ఆత్మ విస్మృతి సంభవిస్తుంది. ఆత్మ విస్మృతియే అజ్ఞానము,కారణశరీరము, ఉపాధియుక్తము. బుద్ధి,తనకు ఆధారమైన ఆత్మను మరచినందువల్ల సుఖం ఎక్కడ ఉందో మరిచి, కర్తృత్వభావన బయలుదేరి, "నేను దేహమును" అనే వృత్తి కదులుతుంది. "నేను" బయలు దేరినపుడు, "ఇదం" తప్పకుండా ఉంటుంది. "నేను + ఇదం" అనే సాపేక్ష జ్ఞానము విజ్ఞానమయకోశంలో ప్రకాశిస్తుంది. చిత్తాన్ని ఇంద్రియాల్ని అనుసరించిపోతూ ఉండే చేతనం యొక్క ప్రతిబింబశక్తినే విజ్ఞానమంటారు. ఇది ప్రకృతి యొక్క వికారం. ఇది అహంజ్ఞానం, కర్తృజ్ఞానంతోఉండి దేహేంద్రియాదుల్లో ఎల్లప్పుడు అభిమానం కలిగి ఉంటుంది. మనోమయకోశం జీవుడు, జగత్తులకు సంబంధించిన అన్ని వ్యవహారములను నిర్వహిస్తుంది. ఇది తన వాసనల వల్ల అనేక పుణ్యాపాప కర్మలను చేస్తూ ఆయా కర్మల ఫలాన్ని అనుభవిస్తుంది.

లేనిచోట సుఖాన్ని వెదికే ప్రయత్నంలో "నేను దేహమును" అనే వృత్తి మొట్టమొదటిది, చివరికి ఇది దేహంతో తాదాత్మ్యం పొంది, నేను దేహిని (నేను దేహము కలవాడను) అనే సంగతి మరచిపోయి, దేహాత్మబుద్ధితో "నేను దేహమును" అనుకొనును. దేహమునకు ఆహారము, నిద్ర, మైధునము అనివార్య (తప్పనిసరి) కార్యములు. వీటికోసం కర్మ మొదలవుతుంది. సుఖం లేని చోట సుఖంకోసం వెదికే ప్రయత్నంలోనే కర్తృత్వంతో కూడిన కర్మ మొదలవుతుంది. దీనివల్లే దారేషణ, ధనేషణ, పుత్రేషణ అనే ఈషణాత్రయం బయలుదేరి, జీవుడు సంసారంలో చిక్కుకుంటాడు.

లేనిచోట సుఖాన్ని వెదకాలనే ప్రయత్నంలో "నేనుదేహమును" అనే అహంవృత్తి మొదలుకొని, మనస్సు, ప్రాణము, దేహము, ఇంద్రియాలు, విషయాలు అనే కల్పనలు మన అంతరంగంలో కదులుతాయి. ఈ కల్పనల నుండి విచారణ ద్వారా జరిగే విడుదలే మోక్షము. అందుచేత అజ్ఞానము ఆత్మవిస్మృతితో మొదలయి ఆత్మజ్ఞానముతో అంతమవుతుంది. ఆది, అంతములు కలది ఏదయినా భ్రాంతియే, అందుచేత అజ్ఞానము మిధ్యాభ్రాంతి. ఈ భ్రాంతిలో కలిగే జన్మమరణాదులు, సుఖదుఃఖాదులు అన్నీ కల్పనలే. మనస్సుకు ఆత్మజ్ఞానము కలిగినప్పుడు, ఈ కల్పనలు శాశ్వతంగా కనుమరుగవుతాయి. ఇదే మోక్షం.

ఆధ్యాత్మిక శిల్పకళ

(Spiritual Sculpture)

రాతిలో శిల్పం దాగి ఉండనే ఉంది. అనవసరమైన భాగాలను తీసివేసినపుడు సుందరమైన శిల్పం వ్యక్తమౌతుంది. అనవసరమైన భాగాలను గుర్తించి తొలగించటమే శిల్ప కళ. ఆధ్యాత్మిక సాధన కూడా అటువంటిదే. మనలో చైతన్యము దాగి ఉన్నది. అందరికీ అసత్యపు నేను ఉంది. దానిలో చైతన్యశాఖ, క్రియాశాఖ ఉన్నాయి. క్రియా శాఖ ద్వారా ఏర్పడ్డ వ్యక్తిత్వము అనబడే ఆలోచనల సమూహము అసత్యపు నేనులో తిష్టవేసుకొని ఉన్నది. ఇది నేను దేహమును అనే తలంపు వల్ల వచ్చినది. గురువు అనే ఆధ్యాత్మిక శిల్పి, అనుగ్రహం అనే ఉలితో "నేను దేహమును" అనే తలంపును తొలగించినపుడు, మనలో ఉన్న వ్యక్తిత్వము మొదలుగా గల అనవసర సరంజామా అంతా పేకమేడలా కూలిపోయినపుడు, మనము అనాత్మ నుండి విడుదలై, మనస్సు ఆభాసచైతన్యముతో నిండి, దాని మూలమును తెలుసుకొని, దానితో ఏకమౌతుంది. అప్పుడు మనస్సు చైతన్యంతో, సుఖసముద్రంగా ఆత్మాకారం చెంది కౌస్తుభమణిలాగ వెలుగొందుతుంది. ఆధ్యాత్మిక సాధనలో అనవసరమైనవి, అనగా అనాత్మతో తాదాత్మ్యాన్ని తోసివైచినప్పుడు, శాశ్వత వస్తువు సహజంగామన ఎఱుకలోకి వస్తుంది. ఇదే మోక్షము.

తాదాత్మ్యము - వైరాగ్యము

"నేను దేహము" అనే తలంపు తాదాత్మ్యం లేకుండా ఉండలేదు. దాన్ని తాదాత్మ్యం పొందకుండా ఎండగట్టినపుడు, అది దాని మూలములో కలిసిపోతుంది. మనకు ఆకర్షణలు ఉన్నప్పుడు, అది విషయాలతో తాదాత్మ్యం అవుతుంది. విషయాలతో మనకు ఎందుకు ఆకర్షణ కలుగుతోంది అని విచారించుకోవాలి. బాహ్యవిషయాలలో సంతోషము, సుఖము ఉందని, వాటితో ఆకర్షింపబడి, యుగ, యుగాలుగా బాహ్య విషయాలను వెంబడిస్తున్నాము. బాహ్యవిషయాలలో అసలు సుఖం అనేది ఉందా అని శ్రద్ధగా విచారించాలి. ఏ ఆకర్షణ లేక, ఆలోచనలు లేక ప్రపంచమనేది లేక, దేహం అచేతనంగా ఉండి, ఇంద్రియాలు నిష్క్రియంగా ఉన్న, నిద్రావస్థలో మనం, చాలా సుఖంగా ఉన్నాము, అనేది ప్రతి ఒక్కరి అనుభవము. అందుచేత సుఖము మన సహజస్వరూపము (intrinsic nature). అట్టి సుఖంకోసం, బయట వెతకటం అవివేకం. ఈ కోణములో పరిశీలన జరిపినప్పుడు మనకు బాహ్యవిషయాల మీద ఆకర్షణ తగ్గిపోతుంది. ఇదే వైరాగ్యము. పూర్ణవైరాగ్యము ఉన్నప్పుడు, "నేను దేహమును" అనే తలంపుకు తాదాత్మ్యం పొందటానికి ఏమీ లేనప్పుడు, దానికి మూలమైన శుద్ధచైతన్యములో కలిసిపోతుంది. అందుచేత వైరాగ్యము మనకు అనంతమైన ఆత్మ సంపద తెచ్చిపెడుతుంది. మనస్సు, వైరాగ్యము వల్ల ఆత్మలో స్థితి పొందటమే, యోగము, భక్తి, జ్ఞానము.

మనస్సు (Mind) - పదార్థము (Matter)

వస్తుతః, వజ్రము, బొగ్గు రెండూ పదార్థాలే. రెండూ బొగ్గుకు సంబంధించినవే, కాని బొగ్గు కాంతిని ప్రతిబింబించలేదు. వజ్రము కాంతిని ప్రతిబింబించగలదు. వజ్రములో కాంతి దానికి స్వతస్సిద్ధము కాదు. అట్లే మనస్సనెడి అంతఃకరణ చతుష్టయము సూక్ష్మమైన పదార్థము. దేహము స్థూలమైన పదార్థము. రెండూ జడములే. వాసనా మయమైన మనస్సుకు శుద్ధచైతన్యమును ప్రతిబింబించే గుణము కలదు. ఆ ప్రతిబింబపు కాంతిని ఆభాస అందురు. ఈ ఆభాస అనాత్మతో అనగా ఆలోచనలు, దేహముతో తాదాత్మ్యం పొందినపుడు, వజ్రము బొగ్గుతో కలిసినపుడు, దాని కాంతి మరుగున పడిపోవునట్లు, ఆభాస అనాత్మతో తాదాత్మ్యం పొందినపుడు, దాని వెలుతురు మనకు గోచరమవ్వదు. బొగ్గుతో కలసిన వజ్రానికి, బొగ్గువల్ల అనేక మచ్చలు ఉంటాయి. అట్లే మనస్సనే వజ్రానికి దేహతాదాత్మ్యం వల్ల అరిషడ్వర్గాలు అనబడే మచ్చలు ఉంటాయి. అనగా ఈర్ష్య (అసూయ), లోభం, మోహం, కామం, క్రోధం, మదం అనే మచ్చలు ఉంటాయి. వజ్రమంటే, కాంతి, పదార్థాల మిశ్రమము. మనస్సంటే ఆభాస చైతన్యము, అనాత్మల (పదార్థము) యొక్క మిశ్రమము. అందుచేతనే దీనిని చిజ్జడగ్రంధి అంటారు. దీని ద్వారా ఆభాసకాంతి, నాడీమండలము ద్వారా దేహమంతా ప్రసరించి, చైతన్యానికి దేహస్పృహ కలుగుతుంది. మనస్సనే వజ్రంలో, అరిషడ్వర్గాలు అనబడే మచ్చలు తొలగించడం, చైతన్యం ఒక్కదానికే సాధ్యం. ఈ చైతన్య ప్రవాహం గురు సన్నిధిలో మన మీద పనిచేసి మనము సంస్కారముల నుండి, తద్వారా అరిషడ్వర్గాల నుండి విడుదలయి మోక్ష సుఖమును అనుభవిస్తాము.

"నేను ఎవడను" అనే విచారణ జరిపినపుడు మనస్సులోని చైతన్యశాఖ, మనస్సులోని క్రియాశాఖకు సంబంధించిన అరిషడ్వర్గాలను, ఆలోచనలను, నమ్మకాలను, పరిశీలించినపుడు, చైతన్యశాఖ క్రియాశాఖ నుండి వేరుపడుతుంది. అప్పుడు క్రియాశాఖకు ఇంక బలము ఉండదు. అట్టి స్థితిలో మనస్సు పూర్తిగా ఆభాసచైతన్యముతో నిండి సత్వగుణ ప్రధానముగా ఉండును. ఈ స్థితిలో ఉన్న మనస్సు బలముగా ఉండి, తన మూలమైన శుద్ధచైతన్యములో స్థితిపొంది, మనస్సు ఆత్మాకారము చెంది, స్వయంజ్యోతిగా వెలుగొందును. వజ్రం కాంతిని విరజిమ్మునట్లు, ఇట్టి మనస్సు ఆత్మకాంతితో వెలుగొందును, ఇదే మోక్షము.

వ్యక్తిత్వజననము (Genesis of Personality)

నిజవిచారణ (True Enquiry)

శుద్ధ చైతన్యము ఆనంద స్వరూపము, స్వయంజ్యోతి స్వరూపము, చైతన్య స్వరూపము. మూల అవిద్య వల్ల ఆత్మవిస్మృతి కలుగుతుంది. అప్పుడు ప్రతీదీ తన మీద ఆపాదించుకొనే గుణంకల, అనాత్మతో తాదాత్మ్యం పొందే శక్తి ఒకటి బయలుదేరుతుంది. అదే అసత్యపు నేను లేక అహంభావస్థితి. అది అస్తిత్వం లేనిది (nonexistential) ఆనందము లేనిది, అనగా దుఃఖముతో (sorrow) ఉన్నది, సొంత చైతన్యము లేనిది (no self-effulgence) మనము ఉన్నాము అని తెలుస్తుంది, కాని మనమెవరో, మన స్వరూప మెట్టిదో మనకు తెలియదు. అందుచేత అహంభావస్థితి, ఆత్మ స్వరూపం తెలియని స్థితి. అనాత్మతో తాదాత్మ్యం పొందటం దీనికి స్వతస్సిద్ధము. ఏ తాదాత్మ్యము లేకుండా ఉంటే "అసత్యపు నేను" అనే తాదాత్మ్య శక్తి ఉండదు. ఏ తాదాత్మ్యము లేనప్పుడు అది తన మూలమైన శుద్ధచైతన్యములో కలిసిపోతుంది. తాదాత్మ్యం ఉంటే, అనాత్మతో తాదాత్మ్యం చెంది, పరిమిత బుద్ధి కలిగి, దానివల్ల భేదబుద్ధి జనిస్తుంది. భేదబుద్ధి వల్ల కలిగిన అనుభవాలు ఒక కేంద్రంగా ఏర్పడి వ్యక్తిత్వము అనేది మొదలవుతుంది. అ వ్యక్తిత్వం అనే కేంద్రం నుండే భేద బుద్ధితో, నిత్యజీవితంలో, ఆలోచనా రూపంలో మనం స్పందిస్తాము. ఆలోచనను బట్టి దేహం కర్మ చేస్తుంది. కర్మ ఫలితాన్ని, వ్యక్తిత్వం అనుభవించినపుడు, అది వాసనగా (tendency) మారుతుంది. వాసనల వల్ల మనస్సుకు చలనం ఏర్పడి వ్యక్తిత్వము (personality) అనే కేంద్రం నుండి ఆలోచన ఉద్భవిస్తుంది. వ్యక్తిత్వము అనేక జరిగిపోయిన అనుభవాల సమూహము. వర్తమానంలో జరిగే సంఘటనలను, జరిగిపోయిన అనుభవాల ద్వారా (past experiences), వ్యక్తిత్వం ఎదుర్కొంటుంది. వర్తమానంలో మనకు ఎదురయ్యే ప్రతి సమస్యా కొత్తదే. దానిని పరిశీలించడానికి దేనితోను తాదాత్మ్యం లేని మనస్సు అవసరం. స్వేచ్ఛగా ఉన్న మనస్సే కొత్త సమస్యను సమర్థవంతంగా పరిశీలించగలదు. స్వేచ్ఛగా ఉన్న మనస్సు కావాలంటే మనము పాత అనుభవాలతోను, గత స్మృతుల తోను, ఆలోచనలతోను, నమ్మకాలతోను, పాండిత్యము తోను, మూఢత్వం నుండి విముక్తి పొందాలి. వ్యక్తిత్వము పరిమితమైనది, కొత్త అనుభవాలు దానిని పట్టుకొంటాయి, పాతవి కొన్ని వదిలి వేయబడతాయి. అందుచేత వ్యక్తిత్వము ఎల్లప్పుడూ మార్పుచెందుతూ ఉంటుంది. అది ఎప్పుడూ పరిమితముగానే ఉంటుంది. దాని నుండి ఉద్భవించిన ఆలోచన కూడా ఎప్పుడూ పరిమితంగా ఉంటుంది. అందుచేత ఆలోచన ద్వారా జరిగే పరిశీలన ఎల్లప్పుడూ పరిమితంగా ఉండి, దాని ద్వారా జరిగే క్రియ అసంపూర్ణంగా

ఉండి, సంఘర్షణకు, దుఃఖానికి దారితీస్తుంది. అందుచేత ఆలోచన ఎల్లప్పుడూ దుఃఖానికే దారితీస్తుంది.

ఆలోచన ఒక సూక్ష్మ చలనము. ఏదైనా చలించడానికి (movement) ఒక ప్రదేశము (space) కావాలి. ఆలోచన, మనస్సు అనే ప్రదేశములో చలిస్తుంది. దీనిని మానసాకాశమంటారు. ఆలోచన చలిస్తోంది అని స్ఫురించటానికి అభాస చైతన్యపు వెలుగు (reflected consicousness) అవసరము. శుద్ధచైతన్యము మానసాకాశములో ప్రతిఫలించినపుడు, అభాస చైతన్యము (reflected consciousness) మనస్సుకు వెలుగు నిస్తుంది. అభాస చైతన్యపు వెలుగులో ఆలోచనను పరిశీలించినపుడు, ఆలోచన నిశ్చేష్టమయి, అది ఆభాసకాంతితో కలిసిపోతుంది. అట్టి స్థితిలో మనస్సు ఆభాసచైతన్యముతో నిండి ఉంటుంది. అందుచేత నిజవిచారణ చేసినప్పుడు, ఇప్పుడే, ఇక్కడే, మన అంతరంగంలోనే ఆభాసచైతన్యానికి సంబంధించిన శాంతి, మనస్సుకు ఎఱుక పడుతుంది. ఈ శాంతి ఒక్కసారి మనస్సు రుచి మరిగినప్పుడు సుఖం కోసం బాహ్యవిషయాల వెంట పరుగిడదు. దీనినే అంతర్ముఖ మనస్సు అంటారు.

నిజ విచారణ చేయకుండా, వ్యక్తిత్వాన్ని అట్టేపెట్టుకొని చేసే సాధనలన్నీ నిరర్థకమని మనకు అవగతం అవ్వాలి. నిజ విచారణలో మనస్సు మూలం తెలుసుకొనే జిజ్ఞాస (quest) వల్ల, మనం అహంభావాన్ని, దానికి సంబంధించిన వ్యక్తిత్వాన్ని అధిగమిస్తాం. వ్యక్తిత్వం నాశనం అయినప్పుడు దుఃఖం నాశనం అవుతుంది. నిజ విచారణ, సత్యాన్ని తెలుసుకోవాలనే జిజ్ఞాసకు సంబంధించినది, అంతేకాని ఆలోచన ద్వారా జరిగే ప్రక్రియ కాదు.



నిత్యానిత్య వివేచనము (Discrimination of Eternal and Temporal)

ఆత్మ విద్యకు సంబంధించిన పరిశోధనాలయం (Laboratory), దాని తాలూకు సరంజామా అంతా మనలోనే ఉంది. చైతన్యము, అనాత్మ, అనాత్మతో తాదాత్మ్యం పొందే మనస్సు అన్నీ మనలోనే ఉన్నాయి. నిత్యము (Eternal), అనిత్యము (Temporal) మనలోనే ఉన్నాయి. మనలో శుద్ధచైతన్యము నిత్యము. మనలో క్రియాశాఖ అనిత్యము, క్రియాశాఖ, చైతన్యము యొక్క ఆధారముతో పనిచేయును. క్రియాశాఖ అనగా అహంభావము, మనస్సు, బుద్ధి, చిత్తము, దేహము. జగత్తు మనస్సులో బీజరూపముగా ఉండి, భేదభావమున్నప్పుడు, మనస్సులోని తలంపులు, వాసనలే, పెద్దవిగా, ప్రపంచముగా గోచరించును. సాధన దశలో ఉన్నప్పుడు ఏది నిత్యము, ఏది అనిత్యము అనే విచారణ తప్పదు. మనలో చైతన్యానికి సంబంధించినది నిత్యముగను, క్రియాశాఖకు సంబంధించినది అనిత్యముగను, సాధకునికి అనుభూతమైనప్పుడు, వ్యక్తిత్వము అనిత్యమునకు సంబంధించినది కనుక, చైతన్యము దాని నుండి వేరు పడినప్పుడు, వ్యక్తిత్వమునకు చైతన్యము యొక్క ఆధారము తొలగి, వ్యక్తిత్వము నశించిన తరువాత మనస్సు, సత్యాత్మలో స్థితి పొంది, ఎఱుకతో క్రియాశీలముగా ఉండి క్రియలొనర్చినపుడు, అట్టి క్రియ పూర్ణముగా ఉండి (Complete action) సమస్యలుండవు. నిత్యానిత్య వివేచన ద్వారా అనాత్మ నుండి చైతన్యము విడివడినప్పుడు మనకు ఆత్మ స్వరూప జ్ఞానము కలుగును. అనాత్మతో తాదాత్మ్యం గురించి చైతన్య కాంతి సహాయముతో విచారణ చేసినప్పుడు, ఆ తాదాత్మ్యం నశించి ఎఱుక మిగులు తుంది. ఇదే సాధన. ఆత్మస్వరూప జ్ఞానము కలిగిన తరువాత చైతన్యము అనాత్మతో చేరికగా ఉన్నప్పటికీ అనాత్మతో తాదాత్మ్యం ఉండదు, అందుచేత సమస్యలు ఉద్భవించవు. నిత్యమనే ముత్యపు చిప్పలో, అనిత్యము, ఒక మెఱుపులాంటి భ్రాంతి. జగజ్జీవేశ్వరులు ఈ మెఱుపులాంటి భ్రాంతిలో భాగము, చైతన్యమును ఆశ్రయించినపుడు, అనాత్మ అయిన మనస్సు కూడా నిత్యములో భాగమని తెలియబడును. ఇదే జ్ఞానము. ఇదే సమన్వయము. అపుడు సర్వం ఆత్మమయం (Existence), సర్వం అలౌకిక ఆనందమయం (Bliss) సర్వం సుందరం (Beauty) సర్వ శివం. (Absolute Knowledge).

కుండలినీశక్తి

గత జన్మలలోను, ఈ జన్మలోను జీవుడిలో ఏఏ మానసిక పరివర్తనలు, భావాలు ఏర్పడ్డాయో, ఏర్పడుతున్నాయో, అవి యావత్తు కలసి సూక్ష్మ సంస్కారశక్తిగామారి, తదనుగుణంగా జీవునిచే నానా శారీరక కర్మలను ఒనరించే మహా శక్తివంతమైన ప్రేరణశక్తినే, కుండలినీశక్తి (మనస్సు) అంటారు. ఈశక్తి బద్ధజీవులలో (ఆత్మజ్ఞానము లేమియనే అజ్ఞానములో ఉన్నవారు) పూర్తి నిద్రాణస్థితి లేక అవ్యక్తస్థితిలో నెలకొనియుంటుంది. ఈ నిద్రాణ స్థితినుండే జీవుడి స్మృతి, కల్పన ఇత్యాది ప్రవృత్తులు సాధ్యమవుతాయి.

నిద్రాణస్థితిలో ఉన్న కుండలినీశక్తి యొక్క అవలేశశక్తి, సామాన్య జీవనం జరగడానికి తగినంత శారీరక, మానసిక ప్రవృత్తులను సరఫరా చేస్తుంది. ఆ శక్తి ఒకింత జాగృతమైనప్పుడు, అద్భుత దర్శనాలు, అనుభూతులు కలుగుతుంటాయి. సాధనను సక్రమంగా అనుష్ఠించినపుడు, కుండలినీ శక్తి జాగృతమై అది జీవునికి తన్నుతాను తెలుసుకొనుటకు, తద్వారా దైవమును తెలుసుకొనుటకు ప్రేరణ కలిగించు శక్తి. జీవుడు వ్యష్టి దైవాంశము గనుక, కుండలినీ ప్రేరణ ద్వారా తన్ను తాను తెలుసుకొనుట, దైవమును తెలుసుకొనుటయే యగును. అందుచేత గురుకృప ద్వారా జాగృతమైన కుండలినీశక్తి, భగవత్సాక్షాత్కారమునకు సహాయము చేయును. అట్టివారి శరీరంలో వాయుప్రకోపనం అధికరిస్తుంది. అది హరి వాయువు. లౌకికుల గాలి సోకినా వీరు తాళలేరు. భగవంతుణ్ణి పరమవ్యాకులతతో ప్రార్థించే వ్యక్తి శరీరంలో మహావాయువు (కుండలినీశక్తి) అతడి తలకేసి ప్రచండ వేగంతో పాకిపోతుంది. అపుడు విషయాకర్షణ ఉండదు.

భగవంతుడు కుండలినీశక్తిని సంతతం ఆకర్షిస్తూ ఉంటాడు. నిద్రాణంగా ఉన్నందున, కుండలినీశక్తి ఆ ఆకర్షణను గ్రహించలేదు. కాని అది జాగృతియైన తక్షణమే, భగవంతుని ఆకర్షణను అది గ్రహించి ఆయనను సమీపిస్తుంది. అప్పుడు ఏది సకల భావాలకు అతీతమైనదో, ధేనినుండి సమస్త భావాలు ఉదయిస్తు ఉంటాయో ఆ "మహాభావం"లో అతడు లీనమైపోతాడు.

కుండలినీశక్తి ప్రారంభంలో పరమాత్ముని నుండి విడవడి, సుషుమ్ననాడి ద్వారా, మూలధారానికి దిగి అక్కడ నిద్రాణస్థితిలో పడి ఉంటుంది. ఇది మూల అవిద్యవల్ల కలుగుతుంది. మూల అవిద్య అంటే ఆత్మ విస్మృతి (self-ignorance) కలిగించే శక్తి. మూలధారము వద్ద వెన్నముక మొదటలో, ఇడ, పింగళ, సుషుమ్నయను మూడు నాడులు పుట్టి, కటి భాగము దాటగనే, ఇడ, పింగళ నాడులు విడిపోయి, హృదయ మార్గమున ముక్కును చేరి, ఉచ్ఛ్వాస, నిశ్వాసలు నడుపుచుండను. సుషుమ్న, వెన్నెముక అంతరము గుండా శిరస్సున గల బ్రహ్మరంధ్రము వద్ద సహస్రారము నుండి దిగి, భ్రూమధ్యమందు, సుషుమ్న శ్వాసలు నడుపు ఇడా, పింగళలలతో కలసి ఆధ్యాత్మిక హృదయము చేరగా

ఆత్మయందు కలసియుండును.

నేత్రముల మధ్య, ముక్కుకుపైన, చెవుల శబ్ద మార్గరంధ్రములు కలియు భ్రూమధ్య స్థానమును కూడలి లేక కుండలి యందురు. అచటనుండి శిరస్సున బ్రహ్మరంధ్రము వరకు చుక్కవలె, వడ్లగింజ ముల్లుకొన మాదిరి అతి సుక్ష్మాణువుగా జీవాత్మ తిరుగుచుండును. ఇది విద్యుత్కాంతివలె గొప్ప తేజోవంతమైనది. ఇది ఆత్మభావరూప గోచరంబైయున్నందున, దీనిని భావలింగమందురు. మనస్సు (కుండలినీ శక్తి) ఇందున లీనమై, ఈస్థితిని పొందిన వానికి మరల జన్మలేదు.

వాయుతత్వ మనస్సు (కుండలినీ శక్తి) ఆకాశతత్వ జీవునిలో (జ్ఞాత) కలియుట వలన వచ్చెడి శక్తి "ఆదిశక్తి"

కూటస్థుడు (జ్ఞాత) తన నిజమగు పరమాత్మను చూచుచు, కదిలిక, మెదిలిక లేక ఆనందముతో భక్తి భావ మందుండుట వలన దీనిని ఆనందభక్తి యందురు. దీని వలన ఆ పరమాత్మ శక్తి తన పరమగుట వలన ఆ శక్తి "పరాశక్తి" అనబడును.

ఆకాశతత్వ జ్ఞాత తనను తాను తెలసుకొని సమిష్టి నిరాకారతత్వము చేరగా, ఆ జీవుడు దేవునితో సమమగుట వలన దేవునియందు శక్తి తనను ఆకర్షించుటచేత ఆశక్తి "చిచ్ఛక్తి" అనబడును.

జ్ఞాత, అంతఃకరణ చతుష్టయము కలిసి ఆకాశపంచకములనబడును. ఏ ఇంద్రియములు లేక జ్ఞాతతో నిలుచునదే కారణదేహము, జీవుడు ఎఱుకతో కారణశరీరము నందుండుట "భావ ముఖము" అనబడును. హృదయస్థానమందు అహంస్ఫురణ కలిగినప్పుడు వాసనాక్షయము కలిగి కారణదేహ కర్మ లేకుండును. కర్మ బీజములైన వాసనలు లేనప్పుడు కారణదేహముండదు. అందుచేత ఇట్టి జీవికి మరల జన్మముండదు. ఇదే మోక్షము.

విచారణ

విచారణ - మొదటి భాగం

మనం రమణాశ్రమంలో ఉండి, రమణాశ్రమం ఎక్కడ ఉంది, రమణాశ్రమానికి ఎలా వెళ్లాలి, రమణాశ్రమాని చేరటానికి మార్గాలేమిటి, ప్రయాణం ఎక్కడ, ఎలా మొదలు పెట్టాలి, రమణాశ్రమం ఎలా చేరాలి అని అన్నామనుకోండి, మనం ఏదో భ్రాంతి స్థితిలో ఉన్నట్లు అవగతమౌతుంది.

అల్లే మనం ఆత్మ అయి ఉన్నప్పటికి, ఆత్మను తెలుసుకోవటం ఎలా, అది ఎక్కడుంది, దానికి మార్గాలు ఏమిటి, దానిని చూడడం ఎలా, అది శరీరంలో ఎక్కడ స్ఫురిస్తుంది, అనే భావనలు, దేహాత్మ బుద్ధి వల్ల కలుగుతాయి. "నేను ఉన్నాను" (ex-istence) అనేది అందరికీ అనుభవంలో ఉండేదే కదా! అదే ఆత్మ. దానిని సాపేక్షంగా, కళ్ళకు కనపడే విషయముగా చూచుటెట్లు! దేహాత్మ బుద్ధి వల్ల విషయ తాదాత్మ్య ప్రవాహం కలిగి, మనస్సు ఎల్లప్పుడూ శాశ్వతంగా ఉండే వస్తువుగా మనకు తోస్తుంది. మనస్సులో ఉన్న వాసనలమీద శుద్ధ చైతన్యపు కాంతి పడ్డప్పుడు, అది ప్రతిఫలించి, ఆభాసకాంతి మనసులో బయలుదేరుతుంది. ఈ ఆభాసకాంతి దేహంతో తాదాత్మ్యంచెంది, "నేను దేహమును" అనే తలంపు కలుగుతుంది. ఇదే అజ్ఞానము, ఇదే మనస్సు, ఈ మొదటి తాదాత్మ్యం ఆధారం చేసుకొని, మిగతా తాదాత్మ్యాలు మొదలయి, మనకు ఆత్మ స్వరూప జ్ఞానం కనుమరుగవుతుంది. దేహాత్మ బుద్ధి కలిగినప్పుడు, మనకు కృత్రిమ పరిమితి ఏర్పడి, భేదబుద్ధి కలిగి, దుఃఖానికి దారి తీస్తుంది. అందుచేత దేహ తాదాత్మ్యం ఉన్నంతవరకు మానవునికి దుఃఖం తప్పదు. దేహ తాదాత్మ్యం కేవలం ఒక కల్పన అని అనుభూతి ద్వారా తెలుసుకోవటమే విచారణ లక్ష్యం.

ప్రస్తుతం "నేను దేహమును" అనే అసత్యపు నేనుతో మనం క్రియ సల్పుతున్నాము. అసత్యపు నేనును మనం విచారణకు ఉపయోగించుకోవచ్చు. "నేను ఎవడను" అనే ప్రశ్నలో నేను అంటే అబద్ధపు నేనే. "నేను ఎవడను" అనే ప్రశ్న అంతరార్థం ఏమిటంటే అబద్ధపు నేను యొక్క మూలం తెలుసుకొనే జిజ్ఞాస,అంతేకాని అబద్ధపు నేనును, మేధస్సు ద్వారా తెలుసుకొనే ప్రయత్నం కాదు.

"అసత్యపు నేను" యొక్క మూలం తెలుసు కోవాలనే జిజ్ఞాస కలిగినపుడు, మన దృష్టి విషయాల నుండి మరలి, "నేను దేహమును" అనే బొత్తిగా పొసగని మూల సిద్ధాంతము (irreducible datum) మీద పడుతుంది. ఎల్లప్పుడూ "నేను దేహమును" అనే తలంపుమీద మనం దృష్టిపెట్టినప్పుడు, మిగతా తలంపుల వేగం తగ్గి, తరువాత పూర్తిగా శమిస్తాయి. "నేను దేహమును" అనే తలంపును మనం పట్టుకొని ఉండగలిగితే, దానిలో ఉన్న ఆభాసకాంతి,మనకు శుద్ధ చైతన్యానికి దారి చూపిస్తుంది. "నేను దేహమును"

అనే తలంపును మనం పట్టుకోగలిగినప్పుడు, అది దేనితోను తాదాత్మ్యం లేకుండా మనం ఎండగట్టవచ్చును. అలా చేసినప్పుడు, ఏ తాదాత్మ్యం లేకుండా, "నేను దేహమును" అనే తలంపు శుద్ధమయి, ఏ కలుషితం లేకుండా, కేవలం ఆభాసకాంతితో నిండి, శుద్ధ చైతన్యంలో కలిసిపోతుంది. కాని వాసనలు పూర్తిగా నశించనిచో, తిరిగి "నేను దేహమును" అనే తలంపు తిరిగి లేస్తుంది. తాత్కాలికంగా "నేను దేహమును" అనే తలంపు మూలంలో కలిసిపోవటాన్ని మనోలయం అంటారు. ఇది ఎఱుకలో కలిగే తాత్కాలిక ఆలోచనా రహిత స్థితి. దీనిలో పారవశ్యము ఉన్నప్పటికి, అజ్ఞానము నశింపబడదు. అందుచేత కొంత సమయం తరువాత తిరిగి ఆలోచనలు మొదలవుతాయి. విచారణ చేసేటప్పుడు మనోలయ స్థితివల్ల పారవశ్యం (bliss) కలిగినప్పటికి, విచారణ ఆపకుండా, ఈ స్థితి ఎవరికి కలిగినది అని, విచారించు కోవాలి. లేకపోతే యోగనిద్రలోకి జారుకోవటానికి అవకాశముంది. ఈ నిశ్చల మనస్సు ఎవరికి అని విచారణ కొనసాగించాలి. నిశ్చల మనస్సు మాత్రమే విచారణ గమ్యంకాదు. నిశ్చల మనస్సు సద్వస్తువును తెలుసుకోవటానికి అతి ముఖ్యమైన ఉపకరణం. నిశ్చల మనస్సు ద్వారా హృదయ కేంద్రం పొందటానికి, దానిలో స్థితిత్వంగా ఉండటానికే విచారణ తప్ప, హృదయ కేంద్రం శరీరంలో ఎక్కడ అని వెతకటం విచారణ కాదు. అనంతమైన వస్తువుకు లోపల, బయట అని భేదాలు ఎలా ఆపాదించ గలము. అన్నిటికీ ఆధారమైన శుద్ధ చైతన్యాన్నే హృదయం అంటారు. వాసనా బీజములు నశించి విషయాకర్షణ నశించే వరకు విచారణ కొనసాగించాలి.

విచారణ ప్రగతిలో, మన స్వరూపానికి అడ్డు వచ్చే తలంపులు తగ్గుతాయి. మనస్సు పరిశుద్ధమయి, దాని మూలంలో తేలికగా కలిసి పోతుంది. మనస్సు బాహ్యాముఖం అయినపుడు తలంపులు, విషయాలు గోచరిస్తాయి. మనస్సు అంతర్ముఖమైనప్పుడు, మనస్సు శుద్ధ చైతన్యంలో కలిసిపోతుంది. మనకొక మనస్సు ఉంది, దానిని నాశనం చేయాలి అనే ధోరణి మంచిది కాదు. మనస్సు మూలాన్ని వెదికే ప్రయత్నంలో, అసలు మనస్సనేదే లేదని, అది ఒక అభూత కల్పన అని మనకు అనుభవపూర్వకంగా తెలుస్తుంది. విచారణలో, మనస్సుకు, ఆత్మశాంతి కలిగి, అది విచారణకు సహకరిస్తుంది. మూలంలో మనం స్థితి పొందటమే విచారణ. మూలంలో శాశ్వతంగా స్థితి పొందినపుడు, దేనితోను తాదాత్మ్యము ఉండదు కనుక మనస్సనేది ఉండదు. ఇదే మనోనాశం. ఇదే విచారణ లక్ష్యం.

విచారణ - రెండవభాగం

మనం సత్యస్వరూపులమై ఉండి, "నేనెవరు" అను విచారణ చేయవలసి వస్తున్నది. దేహాత్మ బుద్ధి వల్ల ఇది అవసరమగుచున్నది. విచారణ అనాత్మతో తాదాత్మ్యం గురించి మాత్రమే. ఆ తాదాత్మ్యాన్ని విచారణ ద్వారా తోసివైచినపుడు, ఆత్మ వ్యక్తమగును. ఆత్మవస్తువును తెలుసుకోవాలనే తపన నిజమైనప్పుడు,అది మనకు తప్పక ఎఱుక పడుతుంది. సాధన అప్రయత్న దశ చేరుకునే వరకు మనం ఏదో ప్రయత్నం చేస్తూ ఉండాలి. చైతన్యం దేహంతో తాదాత్మ్యం పొందిన మూలాన మనిషి తికమక పడుతున్నాడు. నేను దేహం అనే భ్రాంతి ఏమాత్రం ఉండనప్పుడు, మన సహజస్థితి వ్యక్తమౌతుంది. మనోబలం ఉన్నవారికి ఏకచింతన సాధ్యమవుతుంది. వారికి ఆత్మవిచారణ సులభము. చిజ్జడ గ్రంధే భేదబుద్ధికి కారణము. భేదబుద్ధి నశించటమే మనోనాశం. చూచేవాడు, చూడబడేది రెండూ కూడా అనాత్మకు సంబంధించినవి. భేదబుద్ధి ఒక సిద్ధాంతము. అందుచేతనే అది విచారణతో నశిస్తుంది. వ్యక్తిత్వము అనే మొలకకు, మూలము (root) భేదబుద్ధి. జీవుని ప్రయాణములో భేదబుద్ధితో సహజీవనం, ఒక మజిలీ. భేదబుద్ధితో మనస్సు చూచినప్పుడు మనస్సు తీవ్రముగా కలత చెందును. విచారణ చరమ దశలో ఉన్నప్పుడు అనాత్మ కూడా ఆత్మలో భాగమని తెలిసి సమన్వయం ఉంటుంది. ఇట్టి స్థితిలో ఏ సంఘటన వల్ల మనస్సు కలత చెందదు. ఇది సహజస్థితి. విచారణ వల్ల బంధచింత, ముక్తి చింత రెండూ తొలగుతాయి.

విచారణకు ఫలానా పద్ధతి అంటూ ఏమీ ఉండదు. మనస్సంటేనే, ఫలానా, ఫలానా అని విషయాలను గుర్తించి, దాచుకొని, పోగుజేసుకునే గుణం కలది. మనస్సుకు అట్టి గుణం నశించినపుడు మాత్రమే సత్యదర్శనం అవుతుంది. మనస్సును ప్రేమించి అది పనిచేసే విధానము తెలుసుకోవాలి. మనస్సును నిందిస్తే మనము పరిశీలన చేయలేము. స్వేచ్ఛగా ఉన్న మనస్సు పరిశీలనకు అవసరము. స్వేచ్ఛలేని మనస్సుకు నిజం తెలియబడదు. మనకు శ్రద్ధ ఉన్నప్పుడు, స్వేచ్ఛగా ఉన్న మనస్సు, మనకు ప్రయత్నము లేకుండా సహజముగా లభిస్తుంది. ఇదే నిశ్చల మనస్సు. స్వేచ్ఛలోనే సృజించే శక్తి వస్తుంది. (creativity) వ్యక్తిత్వం లేనప్పుడే ఈ సృజించేశక్తి ఉంటుంది. ఇది క్షణ, క్షణం జరిగేది. మనస్సు పనిచేసే విధానము మనకు పూర్తిగా అవగాహన అయినపుడు మాత్రమే, మనకీ సృజించే శక్తి ఉంటుంది.

మనస్సు స్థిరముగా ఉండే వస్తువు కాదు. దానివల్ల జరిగేపని, ఆలోచనలూ, అనుభవాలూ ఎప్పుడూ మార్పు చెందుతూ ఉంటాయి. మనం కూడా దానితో సమానంగా ఉండి పరిశీలించవలసి ఉంటుంది. అందుచేత ఎప్పుడూ మనము ఎఱుకతో ఉన్నప్పుడు మాత్రమే, మనస్సు పనిచేసే విధానము మనకు అవగాహన అవుతుంది. అందుచేత విచారణ ఒక సజీవమైన ప్రక్రియ. ఇతరములతో మనకున్న సంబంధం అనే దర్పణంలో క్షణక్షణం మన మనస్సును తెలుసుకోవటమే విచారణ. మనలను తెలుసుకోకుండా మనలో పరివర్తన సాధ్యము కాదు. సత్యదర్శనము లేనప్పుడు, ఇతరులతో సరైన సంబంధము లేక, సంఘర్షణ, దుఃఖము, కలహములు వచ్చును. ధార్మికుడు కానివాడు నిజమును తెలుసుకొనలేడు. ధార్మికత మానసికము కాదు.

విచారణ - మూడవ భాగం

అజ్ఞానంలో ఉన్న మనస్సు, జ్ఞాత యనెడి కారణ శరీరములో దేహము మరచి నిద్రించుటే సుషుప్త్యావస్థ అంటారు. అందుచేత సుషుప్తిలో మనకు ఆత్మయు, దేహము కూడా ఎఱుక ఉండవు. కనుక ఇది అజ్ఞాన స్థితి. అజ్ఞానంలో ఉన్న మనస్సు, జ్ఞాత నుంచి వాసనల ప్రభావము వల్ల విడి బాహ్యాముఖమైనప్పుడు, మనస్సు అనాత్మవైపు ఆకర్షింపబడును. అపుడు అజ్ఞానము ప్రబలముగా ఉండును. అట్టి స్థితిలో మనస్సులో ఉన్న క్రియాశాఖ కదలిక ఎక్కువగా ఉన్న మూలాన, మనస్సులో ఉన్న చైతన్యశాఖ యైన ఆభాసకాంతి ప్రతిబింబమునకు భంగము కలిగి, మనము స్వరూప జ్ఞానము లేకుండా ఉన్నాము. మనస్సులో ఉన్న చైతన్యశాఖకు ఉనికి (existence) చైతన్యము (consciousness) పారవశ్యత (bliss) స్వతస్సిద్ధము (intrinsic). మనస్సులో అజ్ఞానము ప్రబలముగా ఉన్నప్పుడు, ఆవరణ దోషముచే (veiling) మనస్సులోని చైతన్యశాఖ యొక్క స్వరూపము ఆవరింపబడును. పారవశ్యము కూడా ఆవరింపబడును. ఉనికి మాత్రము ఆవరింపబడదు. పారవశ్యము లేని స్థితిని దుఃఖము అంటారు. అందుచేత బహిర్ముఖమైన మనస్సుకు, దుఃఖము స్వతస్సిద్ధము. బహిర్ముఖ మనస్సుకు కూడా అప్పుడప్పుడు సంతోషం కలుగుచుండును. ఇది ఎందుచేతననగా, మనకు ఇష్టమైనవి సిద్ధించినపుడు, తలంపులు తాత్కాలికముగా ఆగుట వలన, తలంపులు లేని స్థితిలో, మనస్సు, ఆనందమయకోశము లోనికి ఉపసంహరింపబడి దాని సుఖము అనుభవించును. ఇది తలంపులు లేనందువల్ల వచ్చే సుఖము. అందుచేత నేతి (negative) పక్షము. దీని నుండి ఏక్షణంలో నైనా మనస్సు దుఃఖస్థితిలోనికి వెడుతుంది. ఈ దుఃఖం ఎవ్వరికి అని ప్రశ్నవేసుకొన్నప్పుడు, నాకు అని సమాధానం వస్తుంది. ఈ "నేను" ఎవరు అని విచారణ చేయాలి, ఎందుచేతననగా, ఈ "నేను" వలననే మనస్సు ఆత్మ స్వరూప జ్ఞాతను వదలి, బహిర్ముఖమై, దుఃఖమునకు, అశాంతికి గురియగుచున్నది. దుఃఖము "నేను దేహమును" అనే తలంపుకు కలుగుచున్నది. ఈ "నేను" ఎక్కడ నుంచి వచ్చుచున్నది (whence am I) అనే శోధనే, "నేను ఎవడను" (who am I) అనే విచారణ. అంతేగాని "నేను ఎవడను" అని మంత్రంలా జపించటం విచారణ కాదు. "నేను ఎవడను" అని ధ్యానం చెయ్యటం కాదు, నీ ఆంతర్యంలోనికి నువ్వు మునిగి, ఈ నేను అనే ఆలోచన, ఈ అహం ఎక్కడ నుంచి పుడుతుందో (మూలం), దాన్ని వెదకటం, ఇక ఏ ఇతర తలంపు చొరబడకుండా దాన్ని పట్టుకోవటం, ఎడతెగని శ్రద్ధతో కూడి ప్రయత్నమే నిన్ను అక్కడకు చేరుస్తుంది. నిష్క్రియస్థితిలో ఉన్న మనస్సుకు విచారణ తేలిక, సాధన మొదలు పెట్టినప్పుడు

విచారణ చేసేవాడు విచారణకు తాను వేరని అనుకొంటాడు. ఆ భేదబుద్ధి ఉన్నంత వరకు విచారణ చేయవలెను. విచారణ ఉద్దేశము, నిరంతరం, అవిరళము (unintermittent) అయిన ఎఱుకను, అనుభవం లోనికి తెచ్చుకోవటానికి, విచారణ వల్ల ఎఱుక శుద్ధముగా, సరళముగా నిలుస్తుంది.

విచారణ ఎఱుకకు విడిగా లేదు. ఎఱుక లేకుండా విచారణ లేదు. ఎఱుకకు అహంవృత్తి, వ్యక్తి అభిన్నులు. పనివల్ల ఎఱుకకు తెంపు (break) ఉండదు. మొదట అహంభావం పుడుతుంది. ఆ తరువాతే సృష్టి గోచరిస్తుంది. అందుచేత ఈ ప్రపంచాన్ని కల్పించుకొన్న "నేనెవరు" అనే విచారణ ద్వారా అహంవృత్తి యొక్క సృష్టిని పరిష్కరిస్తే జగత్ సృష్టి యొక్క రహస్యాన్ని తెలుసుకున్నట్లే. విచారణలో ఆలోచనాపరుడిలో ఉన్న ఎఱుక, ఆలోచనాపరుడిలో ఉన్న తలంపుల గతిని నిశ్చలంగా గమనిస్తూ ఉంటుంది. తలంపులను గమనించినపుడు, తలంపులు ఎఱుకలో కలిసిపోయి, చైతన్యంగా అయిపోతాయి. శ్వాసను గమనించినపుడు, ఉచ్ఛ్వాస, నిశ్వాసములు అణిగి కేవల కుంభకము సిద్ధిస్తుంది. అందుచేత విచారణలో ద్వైతం లేదు.

విచారణలో, ఆభాసచైతన్యము నిశ్చలస్థితిలో ఉండి తలంపులను పరిశీలించినప్పుడు, తలంపులు అదృశ్యమయి, ఆభాసచైతన్యము మాత్రమే ఉండి శాంతి కలుగును. ఈ ఆభాసచైతన్యము ఎఱుకకు దారి చూపును. మనస్సులోని చైతన్యశాఖ, శర్ధ చైతన్యముతో, ఎఱుకలో, జాగ్రదవస్థలో సంయోగము చెందటమే సమాధి. ఇది నిరంతరము తెంపులేకుండా (without break) ఉండటాన్ని సహజసమాధి అంటారు. అపుడు క్రియాత్మకంగా ఉన్నప్పుడు కూడా, నువ్వు ప్రశాంతంగా ఉండి అన్నీ తెలుసుకుంటావు. నీలోని అగాధమైన శక్తి నిన్ను కదలిస్తుందని గ్రహిస్తావు. నీకు ఎటువంటి, దుఃఖాలు, ఆరాటాలు, గొడవలు, జాగ్రత్తలు, సమస్యలు, బాధలు ఉండవు. అక్కడ నీకు సంబంధించినది ఏదీ, చివరకు అహంకారం కూడా లేదని గ్రహిస్తావు. నీవు ఏ శక్తితో ఎఱుకతో ఏకీభవించి ఉన్నావో, అదే కర్మలన్నీ ఆచరిస్తుందని గ్రహిస్తావు. అప్పుడు ఆత్మకు సహజ లక్షణమైన పారవశ్యముతో(bliss), సుఖ సముద్రంలో మనముంటాము.

విచారణ - నాల్గవ భాగం

తాను చేయని పనులను తాను చేసినట్లు అధ్యస్త దోషము వలన పొరపాటుగా ఆరోపించుకొనేది (wrong assumption) అహంవృత్తి లేక "అసత్యపు నేను" (ego). తాదాత్మ్యం ఉన్నప్పుడు మాత్రమే అహంవృత్తి ఉన్నట్లు అనిపిస్తుంది. విషయాత్మక తాదాత్మ్యం ప్రవాహంగా ఉండుట వల్ల అహంవృత్తి నిరంతరంగా ఉన్నట్లు తోస్తుంది. అహంవృత్తి వల్ల ఒకదానిని వేఱొక దానిగా తెలియు విపరీత జ్ఞానము కలుగును (wrong perception). అందుచేత ఈ అహంవృత్తి నిర్మూలనమే విచారణ ధ్యేయము. నిరంతరం, అహం మీద దృష్టి పెట్టటమే విచారణ. దీనివల్ల అహంవృత్తి భ్రాంతి అని తెలుస్తుంది. విషయాలతో తాదాత్మ్యం లేనప్పుడు అహంవృత్తి మూలంలో కలిసిపోతుంది. ధ్యానంలోను, యోగంలోను సాధనలు అహంవృత్తిని కొనసాగేలా చేస్తాయి. వాటిలో అహంవృత్తి వెలివేయబడదు(not isolated) ఇదం మీద దృష్టి లేకుండా అహంతో మాత్రమే ఉండటం విచారణలో ప్రగతి. విచారణ నీచేత, నీ గురించి, నీలో జరిగేది. నీకు బాహ్యంగా జరిగేది కాదు. అందుచేత నీవే విచారణకు కేంద్రము. అంటే హృదయమే కేంద్రము. హృదయాన్నుండి విడిగా ఏమీలేదు. హృదయము, ధ్యానం చేయటానికి ఒక బాహ్య వస్తువు (object) కాదు. మొదటి తలంపు ఎక్కడ నుండి ఉద్భవిస్తోందో తెలుసుకోవటమే విచారణ. అసత్యపు నేను (అహంవృత్తి) మూలం తెలుసుకోవటం విచారణ. అంతేకాని హృదయం కేంద్రం అని ఊహించుకొని(imagination), ధ్యానం చెయ్యటం కాదు. తెలుసుకోవాలి, అని జిజ్ఞాస ఉంటే, హృదయం, అంటే, మనస్వరూపం దానికదే తెలియబడుతుంది. మిథ్యా తాదాత్మ్యం నుండి అసలు నేనును జల్లించాలి, గాలించాలి, పరిశోధించాలి, తూర్పారబెట్టాలి. అహంవృత్తియే అజ్ఞానము. దాని మూలాన్ని వెదికితే అజ్ఞానం అదృశ్యమౌతుంది. విచారణ చేసేటప్పుడు ఏ భావనా అవసరం లేదు. మన సహజస్థితి గురించి భావనలు అక్కఱలేదు. అది ఎలా ఉండవలసి ఉంటుందో, అలా ఉంటుంది. ఇతరములతో ఉన్న తాదాత్మ్యానికి సంబంధించిన భావనలు వదలివేయాలి. పూర్ణ మనస్సుతో మూలమును తెలుసుకొనుటకు ప్రయత్నించవలెను. అంతేగాని మనస్సును, మనస్సుతో పరీక్షించటం విచారణ కాదు. విచారణ మేధకు (intellect) సంబంధించినది కాదు. అది అంతరంగములో జరిగే జిజ్ఞాస, అది నేను కాదు, ఇది నేను కాదు అనటానికి ఒక నేను ఉండాలి. అదే అహంవృత్తి. అహంవృత్తి, స్పృశించడానికి వీలులేని (not tangible), అస్తిత్వము లేని (no locus standi), తాదాత్మ్యశక్తి. అది శుద్ధచైతన్యమును, శరీరమును జోడించే శక్తి, దానిని శ్రద్ధగా పరిశీలించనపుడు, అది మనకు కష్టములు తెచ్చిపెడుతుంది. విచారణ చేసినపుడు శాంతి కలగకపోతే,

విచారణ మనస్సుతో జరుగుతోందని గ్రహించాలి. ఆలోచనే మనస్సు గనుక, ఆలోచనతో మనస్సును ఎలా నాశనం చేస్తాము. విచారణ అంటే మనస్సుకు ఆత్మశాంతిని రుచి చూపించి, దాన్ని వశం చేసుకోవటం. అందుచేత, మనస్సు విచారణలో, బలవంతం లేకుండా, సహజంగా మూలంలో కలుస్తుంది. యోగ మార్గం, మనస్సును బలవంతంగా మూలంలో కలిపే ప్రక్రియ.

మానసిక వృత్తులన్నీ అహంవృత్తి మీద ఆధారపడి ఉంటాయి. అహంవృత్తి మాత్రం మిగతా మానసిక వృత్తుల మీద ఆధారపడిలేదు. అందుచేత అహంవృత్తిని శోధించటంలో, దానిని, దానికి సంబంధించిన మిగతా వాటిని అధిగమించి, అహంవృత్తి మూలాన్ని తెలుసుకొంటాం. అహంవృత్తి (modification) వృత్తి కాదు. విచారణ అహంవృత్తి మనుగడను పరిశీలిస్తుంది. విచారణలో అహంవృత్తి యొక్క చైతన్య శాఖ ఎఱుకపబడి, శుద్ధచైతన్యానికి దారి తీస్తుంది. ఉనికిగా, ఆలోచన లేకుండా ఉండగలిగినపుడు, అహంవృత్తి పడిపోతుంది. అహంవృత్తిని వెదకటంలోనే దాని విషయాత్మక తాదాత్మ్యం నశించి అహంవృత్తి నాశనమవుతుంది. విషయాలతోను, ఆలోచనలతోను తాదాత్మ్యం లేనప్పుడు, "శుద్ధ అహం" ఎఱుక పడుతుంది. అహంవృత్తి, రూపదృష్టి ఆహారంగా అభివృద్ధియగుతుంది. కాని దానిని విచారణ చేసినప్పుడు, పరుగిడి, అదృశ్యమౌతుంది.

"నేను ఎవరు" అన్నప్పుడు అడిగేవాడు ఒకడు ఉన్నాడు, వాడి గురించే విచారణ. "నేను ఉన్నాను" (I am) అనే స్థితిని ప్రయత్నంతో పట్టుకోవటం విచారణ. సహజమైనప్పుడు అదే ముక్తి. విచారణ ఒక్కటే పొరపాటులేని, భ్రమలేని, సర్వజ్ఞత కల మార్గము. దీని వల్ల నియమ, నిబంధనలు లేని ఆత్మసిద్ధి కలిగి స్వేచ్ఛ కలుగుతుంది. సంపూర్ణత్వం(absolute) సిద్ధిస్తుంది. విచారణ తప్ప మిగతా మార్గాల వల్ల మనస్సు శమించదు. బలవంతముగా మనస్సును అణిచినపుడు అది అణగబడినట్లు అణిగి, తిరిగి విజృంభిస్తుంది. మిగతా మార్గాలలో అహంవృత్తిని నిలుపుకొని, సాధన చేయటానికి దానినొక పరికరంగా వాడతారు. అటువంటి సాధనల వల్ల అహంవృత్తి నాశనమవ్వదు. అహంవృత్తిని సంగ్రహముగా (summarily) గ్రహించవలెను.

"నేను దేహమును" అనే తాదాత్మ్య శక్తి వల్ల వచ్చే సంసార సముద్రమును దాటుటకు స్వయంజ్యోతి మీద దృష్టి ఉండటం, అనే తెప్ప ద్వారా మాత్రమే జీవునికి అవకాశము కలదు.

అహంభావం యొక్క తాదాత్మ్యాన్ని (identity) వెదికి, నాశనం చేసినప్పుడు, అహంభావం నాశనమౌతుంది, అహంభావం యొక్క తాదాత్మ్యాన్ని శోధించినపుడు,

ఆ తాదాత్మ్యమునకు వాస్తవికత, వస్తుత్వము (entity) లేదు కనుక అది నశించి, స్వయంజ్యోతి దర్శనమౌతుంది. ఇది సూటి మార్గము. మిగతా మార్గాలలో, అహంభావాన్ని అలాగే ఉంచి సాధన చేస్తారు. సాధనలన్నీ చేసిన తరువాత, అనేక అనుమానాలు బయలుదేరి, ఈ అనుమానాలు ఎవరికి, "నేను ఎవడను" అని మొదలౌతుంది. మన స్వరూపాన్ని ఏదో కప్పి ఉంచుతోంది, దాన్ని నాశనం చేయాలి అనుకొంటాము, తాదాత్మ్యాన్ని శోధిస్తే, అది అబద్ధమని తెలిసి, నిజం ఎఱుకపడుతుంది.

ఆలోచనలు మనలను ఎక్కడికో తీసుకుపోతాయి. తిరిగి మనం దృష్టి "నేను" మీద పెట్టాలి. మొదట ఇది మానసికంగానే కలుగుతుంది. ఇలా చేయగా, చేయగా "నేను" అనే అనుభూతి (I amness) మన ప్రయత్నం లేకుండా కలుగుతుంది. అప్పుడు వ్యక్తిత్వము ఉండదు, తాదాత్మ్యము ఉండదు, ప్రయత్నం చేసేవాడు ఉండడు. కాని మళ్ళీ వ్యక్తిత్వము విజృంభిస్తుంది. వాసనలే అహంవృత్తి లేచుటకు కారణము. ఆత్మస్థితి వల్ల వచ్చే శక్తి వల్ల వాసనలు పలుచబడి తుదకు నశిస్తాయి. ఆ స్థితిలో "నేను దేహమును" అనే తలంపు ఉండదు. మన దృష్టి మనోమూలం మీదే ఉండాలి. మనోమూలంలో మనం స్థిరపడాలి (abide). మనము ఉనికిగా ఉండుటకు ప్రయత్నము అవసరము లేదు. మనము కాని దానితో తాదాత్మ్యమునకు ప్రయత్నము అవసరము. మనం మనస్సు, దేహం అనుకోవటానికి ప్రయత్నం తప్పనిసరి. అందుచేత ఉండటం (being) అనేది తెలుసున్నప్పుడు దాని గురించి, ప్రయత్నం కాని, ఊహించటం కాని అక్కఱలేదు. మొదటి తలంపును పట్టుకున్నప్పుడు (clinging) ఇతర తలంపులు తగ్గుతాయి. తలంపును జాగ్రత్తగా పరిశీలించినపుడు (watchfulness, vigilant) తలంపుల వేగము తగ్గుతుంది. మన అంతరంగం లోతులలోకి వెళ్ళాక ప్రయత్నము అనేది వీలుండదు. మనస్సు అంతర్ముఖమై, వాసనాక్షయమైనప్పుడు, మనస్సు, చైతన్యములో కలసిపోవును. "నేను దేహమును" అనే తలంపు యొక్క మూలము తెలుసుకోవాలనే జిజ్ఞాస ముఖ్యము (imperative) మూలమును వదలక పోవటం జ్ఞానం, అనాత్మ మీద ఆకర్షణ లేకపోవటం వైరాగ్యం, మనస్సును, ఆత్మలో స్థితి పొందించటం విచారణ. విచారణ చేయగా, చేయగా, ఇతరులతోను, సంఘటనలతోను, విషయములతోను మన వైఖరి మారుతుంది. క్రియ చేసినప్పుడు కూడా మనస్సు ఏకాంతముగా ఉంటుంది. చైతన్యము శరీరము ద్వారా క్రియ చేస్తుంది. పూర్వం లాగ వ్యక్తిత్వము నుండి క్రియ జరగదు. మనస్సులో నిష్క్రియముగా ఉన్న చైతన్యము, ఆత్మాకారం చెంది, ఆత్మ విస్పష్టముగా గోచరిస్తుంది. అదే విచారణా ఫలం.

విచారణ - ఐదవ భాగం

మనస్సు ఆభాసకాంతి చేరికతో ఉన్న ఒక సూక్ష్మమైన పదార్థము. స్వరూజ్ఞానం (ఆత్మజ్ఞానం) లేమి వల్ల కలిగిన అవిద్య లేక కారణశరీరము అనే అంధకారము నుండి పుట్టినది ఈ అహంకారము. అహంకారము తమోగుణ ప్రధానమైనది. మనస్సు రజోగుణ ప్రధానమైనది. మనస్సు, బుద్ధి, అహంకాగము, చిత్తము జడములు. మనస్సులో ప్రతిఫలించిన ఆభాసకాంతి వల్ల, ఈ జడ పదార్థములు జీవమున్నట్లుగా కదులుచున్నవి. అహంకారము గుణాలతో కలసి దేహాత్మ బుద్ధితో నేను అనుభవిస్తున్నాను అని అనుకొని బహిర్ముఖ కర్మలకు మూలముగా ఉన్నది. విషయములు లేనప్పుడు అహంకారము, విషయములు లేని ఆలోచనారహిత స్థితి వల్ల వచ్చే ఆనందమును అనుభవించును. ఇది నేతి (negative) పక్షము. ఇట్టి ఆనందము సుషుప్త్యావస్థలో అహంకారము అనుభవించును. సుషుప్త్యావస్థలో మనస్సు చలనము లేని మూలాన విషయి, విషయములు ఉండవు కనుక, అహంకారము, చీకటిలో నేతి (negative) పక్షమైన తలంపులు లేనందువల్ల వచ్చే ఆనందమును నిద్రలో అనుభవించును.

జాగ్రదవస్థలో అంధకారము నుండి పుట్టిన అహంకారము, భేదబుద్ధి కలిగి తాను దేహమనియు, జగత్తు తనకు బాహ్యముగా ఉన్నదని భ్రమించును. భేదబుద్ధి ఉన్నప్పుడు ద్వైతము ఉండుసు. ఎక్కడ ద్వైతము కలదో అక్కడ సంఘర్షణ తప్పక ఉండును. తాను దేహమని భ్రమించుట వలన దానిని రక్షించుకొనుటకు స్వార్థపరమైన ఆలోచన, క్రియ మొదలగును. ఫలం దృష్టిలోపెట్టుకొని, ఆలోచించి, దాని కనుగుణంగా క్రియ చేసినప్పుడు కర్త ఉద్భవిస్తాడు. కర్త ఉద్భవించినపుడు ద్వైతం మొదలయి సంఘర్షణకు దారితీస్తుంది. మనస్సు, దేహముతో తాదాత్మ్యం పొందిన మూలాన, పరిమితి ఏర్పడి, అహంభావమునకు ఏదో లోటు (insufficiency) ఉన్నట్లు అనిపిస్తుంది. అహంభావము పూర్ణము కాదు కదా! ఏదో లోటు ఉన్నట్లు అనిపించడం వల్ల అభద్రతా భావం బయలుదేరుతుంది(insecurity), నిరర్థకంగా ఉన్నట్లు (emptiness), మనలో ఏమీలేదు (nothingness) అనేవి బయలుదేరతాయి. ఇది యదార్థస్థితి. ఈ యదార్థస్థితిని ఎలా ఎదుర్కొనాలో తెలియక మనస్సు మరొక స్థితి ఊహించుకొని, యదార్థస్థితినుండి (fact) ఊహించుకున్న స్థితికి మారాలనే కోరికలో, ఫలం మీద దృష్టి ఉన్న కర్మ జరిగి, కర్త సృష్టించబడతాడు. యదార్థస్థితి నుండి (fact) ఊహించుకున్న స్థితికి చేరుకొనే ప్రక్రియలో పరస్పర విరుద్ధమైన విషయాలు, మనస్సులో సంభవిస్తాయి. జీవితం అశాశ్వతం అని తెలుస్తూనే ఉంటుంది. కనుక మనము శాశ్వతత్వాన్ని

కోరుకొంటాము. శాశ్వతత్వం, ఎడతెరిపి లేని సంతోషం సత్యంలో దొరుకుతుందని దాన్ని వెంబడిస్తాము. అప్పుడు అహంభావం సత్యాన్వేషకుడుగా మారుతుంది. సత్యము ఒకటిగానే ఉన్న మూలాన, సత్యాన్వేషకుడు సత్యానికంటే వేఱుగా ఉన్నాడా? అందుచేత సత్యాన్ని తెలుసుకొనే ముందు, సత్యాన్వేషకుడు గురించి మనకు అవగాహన ఉండాలి. ఇది తెలియకపోతే మనము భ్రమలలోనికి జారిపోవచ్చు లేదా ఆత్మజ్ఞానం లేనివారి ద్వారా మోక్షానికి ప్రయత్నించవచ్చు. వాస్తవాన్ని తెలుసుకోలేక పోవటం అజ్ఞానం.

భౌతిక ప్రపంచంలో మనస్సుకు ఒకటి తోచినప్పుడు (sensation) అది ఇంద్రియాల ద్వారా స్పందించి మనస్సులో దానికి సంబంధించిన జ్ఞాపకాలతో ఆలోచించి, ఆ భౌతిక అనుభూతిని ఒక అనుభవంగా (experience) మార్చి, మెదడులో జ్ఞాపకాలు దాచుకొనే కణములలో దాచుకొంటుంది. మనస్సుకు ఫలానా, ఫలానా అనే గుర్తుపట్టే లక్షణము (recognition) అనుభవంగా మార్చే లక్షణము, దానిని పోగుచేసుకొని కొన్నింటిని వదలివేయటము, జ్ఞాపకాల భాషలోకి మార్చి దాచుకొనే లక్షణము స్వతస్సిద్ధము. ఇది భౌతిక ప్రపంచంలో మనం చేసే పని కుశలతకు ఎంతోఉపయోగపడుతుంది. ఇట్టి ప్రక్రియ వల్లే శాస్త్రములు అభివృద్ధి యగుచున్నవి. భౌతిక ప్రపంచంలో అధ్యయనం జడపదార్థాల మీద చేస్తున్నాము. జడపదార్థాల గురించి అధ్యయనం చేసేటప్పుడు పాత అనుభవాలు, అభిప్రాయాలు, ప్రమాణాలు ఎంతో ఉపయోగపడతాయి.

కాని జీవితం అంటే ఇతరములతో ఉన్న సంబంధం(relationship). ఇది సజీవమైనది. ఇతరులతో ఉన్న సంబంధమే జీవితం. ఏకాకిగా మనం జీవించలేము. మనస్సు స్థిరముగా ఉండే వస్తువు కాదు. దాని వల్ల జరిగే పని, ఆలోచనలూ, అనుభవాలూ ఎప్పుడూ మార్పుచెందుతూ ఉంటాయి. అది ఎప్పుడూ ఏదో ఒకటి పోగుచేసుకుని, ఏదోఒకటి వదులకుకొని, ఎప్పుడూ మారుతూ ఉంటుంది. జడపదార్థాన్ని పరిశీలించినపుడు ఉపయోగపడే గుర్తించటం (recognition) అనుభూతిని గత జ్ఞాపకాల సాయంతో, ఆలోచన ద్వారా అనుభవంగా (experience) మార్చటం, ఆ అనుభవాలను జ్ఞాపకాల భాషలోకి మార్చి దాచుకోవటం (memory) అనే మానసిక ప్రక్రియను, ఇతరులతో సంబంధం పెట్టుకున్నప్పుడు కూడా ఉపయోగించి సమస్యలు తెచ్చుకుంటున్నాము. అనేక అనుభవాల సమూహమే కర్త. కాని మనము కర్త వేఱు, అనుభవాలు వేరు అనుకొంటాము. అందుచేత మనము ఇతరులతో సంబంధం ఏర్పరుచుకొన్నప్పుడు గత అనుభవాల నుండి స్పందిస్తాము. అనుభవాలు పూర్ణము కాదు. పరిమితము. పరిమితమైన అనుభవాల నుండి పరిమితమైన ఆలోచన వస్తుంది. పరిమితమైన ఆలోచన నుండి పరిమితమైన

పరిశీలన జరుగుతుంది. అట్టి పరిశీలన పూర్ణముగా ఉండదు. ఖండ ఖండాలుగా ఉంటుంది. ఖండ ఖండాలుగా ఉన్న పరిశీలన నుండి జరిగే క్రియ అసంపూర్ణంగా ఉంటుంది. అసంపూర్ణ క్రియ నుండి సంఘర్షణ బయలుదేరుతుంది. ఒక సమస్య ఎదురైనప్పుడు దానిని గత జ్ఞాపకాల ద్వారా ఎదుర్కొనే ప్రయత్నంలో, మనకు తెలియకుండా పాత జ్ఞాపకాలకు వర్తమానంలో జీవం పోసి పెంచుతున్నాము. “నేను” ను (false "I") కొనసాగేలా చేస్తున్నాము. గతానుభవం కాని, ఆలోచన గాని ఇతరులతో ఉన్న సంబంధాన్ని కళంకం చేయనప్పుడు, ఆ సంబంధంలో స్వేచ్ఛ ఉండి, అది అవగాహనకు దారి తీస్తుంది. ప్రస్తుతం మన మధ్య ఉన్న సంబంధాలు స్వార్థపూరితమైనవి. ఇవి మనల్ని ఏకాకులు చేస్తాయి. మనకు సంతృప్తినిచ్చే వరకు, ఆశ్రయం ఉన్నంతవరకు, మనను సంతోషపెట్టినంత వరకు ఇతరులతో సంబంధం బాగానే ఉంటుంది. ఇవి లేనప్పుడు సంబంధం వెంటనే తెగిపోతుంది. వాస్తవాన్ని (fact) తెలుసుకోలేక పోవటం అజ్ఞానం, అజ్ఞానం వల్ల ఇతరులతో సరైన సంబంధం ఏర్పడదు. నిత్యం మార్పుచెందే గుణం కల మనస్సును, ఒక స్థిరమైన అభిప్రాయంతోనో, ఒక శాస్త్ర ప్రామాణికంతోనో, ఒక గురువు బోధనో ప్రామాణికంగా తీసుకొని పరిశీలన చేస్తాము. అభిప్రాయాలూ, జ్ఞాపకాలూ, అనుభవాలూ, ఉద్దేశాలూ, ఫలానాగా ఉండాలనే కోరిక, ఊహించటం నుండి మనస్సుకు విముక్తి ఉందా?

భేదబుద్ధి వల్ల ఇతరులతో మనకు సరియైన సంబంధం లేని మూలాన మనకు కామం, కోపం, ఈర్ష్య (అసూయ), రాగం (మోహం),లోభం, మదం అనేవి కలుగుతాయి. భయం, అనుమానం, అయోమయం, నిరాశ, నిర్వేదం, ఒంటరితనం, సంతోషానికి బాహ్యం మీద ఆధారపడటం, ఇతరులను మన స్వాధీనంలో ఉంచుకోవాలనుకోవటం, పగ తీర్చుకోవటం, హింస, ద్వేషం, వ్యాకులత, పోటీ మనస్తత్వం, అధికారం, కీర్తి, ప్రతిష్ఠ, గౌరవం కోసం ప్రాకులాట, గుర్తింపుకోసం తీవ్రమైన కోరిక, గతించిన విషయాల గురించి మననం వల్ల వచ్చే దుఃఖం, ఇవన్నీ కలసిన ఆలోచనాపరుడుగా (thinker) మనమున్నాము. ఇది మన యదార్థస్థితి. ఈ లక్షణాలే మనము. కాని మనము ఈ లక్షణాలకు వేరుగా ఉన్నట్లు ఊహించుకొని, ఇట్టి ఆలోచనాపరుడు, ఈ లక్షణాలను చక్కదిద్దే కార్యక్రమం నిరంతరం చేపట్టి,సమస్యలను మరింత జటిలం చేస్తున్నాడు. ఆలోచనా సరళి (pattern of thinking) ఒకటే, మన ఆలోచనా సరళి వల్ల ఈ లక్షణాలున్న ఆలోచనాపరుడు తయారయి సమస్యగా ఉన్నాడు. అట్టి ఆలోచనాపరుడు, ఈ సమస్యను చక్కదిద్ది ఎలా పరిష్కరించగలడు? అందుచేత మనకు ఆలోచనాపరుడే సమస్య. వాడి వల్ల తీవ్రమైన అశాంతి, సంఘర్షణ వస్తున్నాయి.

ఏ సమస్యనైనా పరిష్కరించడానికి మనస్సుకు స్వేచ్ఛ కావాలి. ఆలోచనకు స్వేచ్ఛ లేదు. అది పరిమితమైన గత జ్ఞాపకాలనుండి జరిగే పరిమిత ప్రక్రియ. జ్ఞాపకాల్లో ఏదుంటే, అదే ఆలోచన ద్వారా వ్యక్తమవుతుంది. అందుచేత పరిమితమైన ఆలోచన ఎన్నటికి సమస్యను పరిష్కరించలేదు. ఆలోచన వల్ల పరిమిత క్రియ జరుగుతుంది కాని పూర్ణక్రియ జరగదు. అందుచేత ఆలోచన శమిస్తే గాని, మనస్సుకు స్వేచ్ఛలేదు. మనస్సుకు స్వేచ్ఛ ఉంటే గాని, “ఆలోచనాపరుడు” అనే “నేను” ను మనము పరిశీలించలేము. నమ్మకాల నుండి, ఇతరుల ప్రమాణాల నుండి, అభిప్రాయాలనుండి విడుదలైన మనస్సే స్వేచ్ఛగా ఉంటుంది. ఆధ్యాత్మికంగా కొంతమంది అనుసరించే మానసిక క్రమశిక్షణ ఆలోచనకు సంబంధించినది. దానిలో లోబడటం, అణగదొక్కటం, కట్టుబాటు, ఏలుబడితనం ఇమిడి ఉంటాయి. ఇవన్నీ అహంభావాన్ని మరింత బలపడేలా చేస్తాయి.

“నేను”ను నిందిస్తే, దాని స్వభావం మనకు తెలియదు. ఇతరులతో ఉన్న సంబంధం అనే అద్దంలో, నేను యొక్క చలనం బహిర్గతం అవుతుంది. అందుచేత మనం నిరంతరం ఎఱుకతో ఉండాలి. స్వేచ్ఛగా ఉన్న మనస్సుతో పరిశీలన జరిపినపుడు,“అసత్యపునేను” తన కథనంతా తానే వివరంగా చెబుతుంది, కాని మనకు ఊరక ఉండి నిశ్చలంగా ఉండటం చేతకాదు కదా! ఎఱుకలో తెలిసిన దానిని మనం పోగుజేసుకొనే ప్రయత్నం చేయకూడదు. నిశ్చలత్వంలో ప్రేమ నిండి ఉంటుంది. ఇట్టి ప్రేమ మనిషి యొక్క అన్ని సమస్యలను పరిష్కరించే దివ్యమైన ఔషధం (penacea). అట్టి స్థితిలో మనము ఏకముగా (unitary) ఉంటాము. వ్యక్తిత్వపు జాడకూడా దానిలో ఉండదు. అహంవృత్తి నాశనము బోధయొక్క పరాకాష్ఠ, ఏకాగ్రత అనగా మనస్సు నిష్క్రియమగుట.

విచారణ - ఆరవ భాగం

మనస్సు, తన స్వరూపమైన ఆభాసకాంతిని మఱచి, అనాత్మ అయిన దేహముతో తాదాత్మ్యము పొందిన మూలాన, భేదబుద్ధి జనించి, జగత్తును బాహ్యముగా చూచి, విపరీతముగా చలించి, అశాంతి పొంది కలతగా ఉన్నది. చూచేవాడు, చూడబడేది అనే భేదబుద్ధి కల్గించేది మనస్సు. చిజ్జడ గ్రంధే భేద బుద్ధికి మూలము. భేద బుద్ధి అనే వేరు (root) ద్వారా వ్యక్తిత్వము (personality) మొలకెత్తుతుంది. భేద బుద్ధి ఒక మానసిక సిద్ధాంతము. విచారణ, అనాత్మతో తాదాత్మ్యం గురించి మాత్రమే, దేహంతో తాదాత్మ్యం మూలానే మనిషి, లేని అనాత్మను ఉన్నట్లు, ఉన్న ఆత్మను లేనట్లు భావించి తికమక పడుతున్నాడు. అందుచేత భేదబుద్ధి ఉన్నంతకాలం, మన అవగాహన అంతా తల్లకిందులుగా ఉంటుంది. జీవుని ప్రయాణములో, భేదబుద్ధితో సహజీవనం ఒక మజిలీ. ఆ మజిలీని వదిలే సమయం ఆసన్నమయింది. బంధచింత, ముక్తి చింత, రెండూ కృత్రిమములు, ఈ రెండూ మానసిక కల్పనలు, ముక్తి చింత ఎవరికి అని విచారణ చేసినప్పుడు, ముక్తి కోరేవాడు అదృశ్యమయి, ఆత్మవ్యక్తమగును. ఎట్టి విపత్కర పరిస్థితులలోను, మన ఆత్మస్వరూపజ్ఞానం మరువరాదు. మూడు మానసిక అవస్థలలోను ఆత్మను పట్టుకొని యుండవలెను. జాగ్రదవస్థలో ఉన్న జ్ఞానము సాపేక్షజ్ఞానము. ఇది విపరీత జ్ఞానము. మానసిక శక్తి ఆవరణగను, విక్షేపముగను మారును, ఈ శక్తి, ఆభాసకాంతిని మార్పుచేయగలదు. శుద్ధచైతన్య స్వరూపమును మార్పు చేయలేదు. ఆవరణ శక్తి, ఆభాసకాంతిని ఆవరించి అసలు రూపము కనబడకుండా చేయును. విక్షేపశక్తి, అట్టి ఆవరింపబడిన వస్తువును నానాకారముగా చేయును. ఇటువంటి మానసిక శక్తి ద్వారా కలిగిన సాపేక్ష జ్ఞానము విపరీత జ్ఞానము. (relative knowledge due to wrong perception) ఇది భ్రాంతి మాత్రమే. చూచేవాడు, చూడబడేది (దృశ్యము) కూడా మిధ్యే, మానసిక అవస్థలనుండి దృష్టి మళ్ళించి, వాటికి కాంతి నిచ్చే చైతన్యం మీద దృష్టి పెట్టినప్పుడు చైతన్యపు కాంతి దానికదే వ్యక్తమవుతుంది.

సత్వగుణాన్ని పట్టుకొని, మిధ్యాతాదాత్మ్య భ్రాంతిని వదిలించుకొనవలెను. మనము సత్యాత్మను తెలుసుకొనే ప్రయత్నంలో మనస్సు కనుమరుగవుతుంది. అహంభావం యొక్క కదలికకు కారణమైన కాంతి మీద దృష్టి పెట్టవలెను. ఎఱుకతో సత్యాత్మతో సంయోగం చేసే ప్రయత్నమే, సాధన. సంస్కారములే సంసారము. ఆత్మను మననం చేసి నిధి ధ్యాస చేయటం వల్ల వాసనా బీజములు దహించబడును. ఆత్మవిద్యకు చూచేవాడు, చూచుట, చూడబడేది అనే త్రిపుటి అవసరం లేదు. స్వయం జ్యోతిని తెలుసుకొనుటకు దేని అవసరములేదు.

మన చైతన్యము, తలంపుల వల్ల ఆవరింపబడి, మనకు తెలియనట్లున్నది. తలంపులు, వ్యక్తిత్వము వల్ల కలుగును. వ్యక్తిత్వము భేదబుద్ధి వల్ల జనించును. భేదబుద్ధి దేహాతాదాత్మ్యము వల్ల ఉండును. అందుచేత విచారణ చేసి ఈ దేహ తాదాత్మ్యం అనే సిద్ధాంతం నుండి విముక్తి పొందాలి. ద్వైత బుద్ధి శమించినపుడు జాగ్రదవస్థలో అహంస్ఫురణ ఎఱుకపడి, మిగతా అవస్థలలో తెంపు లేకుండా ఉండును.

అవస్థకు, అవస్థకు మధ్య ఉండే "నేను" ను పట్టుకొంటే, దానికి ఆధారంగా ఉన్న చైతన్యం ఎఱుక పడుతుంది. అహంభావం మరొక స్థితిని పట్టుకొంటే గాని వర్తమాన స్థితిని వదలదు. ఒక అవస్థ వదిలి ఇంకో అవస్థను పట్టుకునే దశలో కొంత సమయం ఉంటుంది. ఆ సమయంలో అహంకారం యొక్క నిజమైన శుద్ధ చైతన్య శాఖను మనం కనుగొనవచ్చును. అహంభావం విషయాలతోను, తలంపులతోను సంయోగం లేనప్పుడు, దాని శుద్ధ చైతన్యాన్ని మనం కనుగొనవచ్చును. అదే మనం పట్టుకోవాలి.

విచారణ వల్ల బంధ చింత, ముక్తి చింత, రెండూ తొలగుతాయి. ఆత్మ వస్తువును తెలుసుకోవాలి అనే తపన నిజమైనప్పుడు, అది తప్పక ఎఱుక పడుతుంది. విచారణతో, అనాత్మతో తాదాత్మ్యాన్ని తోసివైచినప్పుడు, ఆత్మ వ్యక్తమవుతుంది. "నేను దేహం" అనే భ్రాంతి ఏమాత్రం ఉండనప్పుడు, సహజస్థితి వ్యక్తమౌతుంది. తలంపులు లేని స్థితిలో ఉన్న మనస్సు బలంగా ఉండి, ఏకచింతన సాధ్యమయి, ఆత్మ విచారణ సులభమౌతుంది. విచారణ ప్రగతి సాధించినపుడు,ఆత్మలో జాగ్రదవస్థ గోచరమైనప్పుడు జగత్తు మీద మనకిక ఆకర్షణ ఉండదు. ప్రతిజీవి ఎల్లప్పుడూ సుఖముగా ఉండగోరును., ప్రతివానికి తనయందే పరమ ప్రీతి. ప్రీతికి కారణము సుఖము. ఈ సుఖము, దేని అవసరము లేకుండా, ఉదాహరణకు నిద్రలో ఇంద్రియములు అవసరం లేకుండా, మనస్సు అణిగినప్పుడు సుఖము దానికదే వ్యక్తమగుచున్నది. నిద్రలో దేహముతో సంబంధము లేకుండా స్థితిత్వముగా ఉన్నాము. దేహబుద్ధి లేకపోతే జాగ్రదవస్థలోను అటులనే ఉండవచ్చును, సుఖ స్వరూపము అఖండము. నిద్రలో వాసనలు అణిగి ఉండుటవల్ల జగత్తు గోచరించదు. వాసనలు, గుణములే జగత్తు. అందుచేత వాసనాక్షయమైన సమాధిస్థితిలో, జగత్తు గోచరించదు. రజస్తమో గుణములు లేని మనస్సు స్వయంజ్యోతిగా వెలుగొందును. సుఖ స్వరూపమునకు ఆలోచనారహిత స్థితి సహజము. సుఖస్వరూపము అనుభూతి స్థితిలో అనుభవశాలి ఉండడు. తలంపులు అణిగినపుడు మనస్సుకు సుఖస్వరూపమునందు స్థితి పొందుట సులభము. తలంపులు మనలను సుఖస్వరూపము నుండి ఎచటికో తీసుకుపోవును.

మనలో “నేను” అని స్ఫురించినపుడు, పరిమితి మొదలవుతుంది. అహం, దేహముతో తాదాత్మ్యం పొందకుండా ఉన్నప్పుడు భేదబుద్ధి ఉండదు. అప్పుడు అహంభావం శుద్ధమౌతుంది. శుద్ధమైన అహం, జ్ఞాన స్వరూపం పొందుతుంది. సమాధి స్థితిలో ఉండే శుద్ధ చైతన్య స్వరూపములోను, నిద్రలోను పరిమితులు లేక అనంతముగా ఏకముగా మనముంటాము గనుక “నేను” అనేది ఎవరూ ఉండరు, పరిమితిగల నేను స్ఫురించినపుడే విచారణ అవసరము. ఈ పరిమితి గల నేను ఎవరు, పరిమితులు ఎవరికి అని విచారించవలెను.

మనస్సు “నేను” గా ఆత్మస్వరూపమైన జ్ఞాత నుండి వెలివడునప్పుడు అజ్ఞానము చేరికతో, దేహముతో తాదాత్మ్యము పొందినపుడు, జగత్తు గోచరించి, తలంపులు మొదలగును. చైతన్యము అనాత్మతో తాదాత్మ్యము చెందుటయే జగదృష్టికి (ఆకర్షణకు) మూలము. కాలిన ఇనుపగుండులో ఇనుము, కాంతి ఉన్నట్లు, జీవునిలో ఆభాస చైతన్యము (reflected consciousnes) ప్రపంచము ఉన్నవి. జీవునికి ఆభాస చైతన్యము స్వతస్సిద్ధము, ఈ ఆభాస చైతన్యము యొక్క జ్ఞానము లేని మూలాన మనస్సు శరీర జగత్తులతో తాదాత్మ్యము పొందును. ఇదే అజ్ఞానము. ఈ తాదాత్మ్యము పొందినపుడు అహంభావము కల్పింపబడును. కల్పితమైన అహంభావము, కల్పితమైన జగత్తును చూచును. వృక్షము, విత్తనములో సూక్ష్మముగా ఉన్నట్లు, ప్రపంచము మనస్సులో స్థితి కలిగి ఉన్నది. చెట్టు శాఖలు నరికినప్పుడు, అవి తిరిగి మొలచి పెరుగును. దాని మూలము పోనంతవరకు, శాఖలు కొట్టినంత మాత్రాన అది నశించదు. అట్లే సంస్కారములు (వాసనలు) జీవత్వమునకు మూలము. భౌతికమైన చావు వలన జీవత్వము చెక్కుచెదరదు. కాలము కలిసి వచ్చినపుడు జీవత్వము తిరిగి మొలకెత్తును. ఇదే పునర్జన్మ. జీవత్వానికి ఊపిరిపోసేవి వాసనలే. సూక్ష్మమైన మనస్సు మెదడు నుండి ఇంద్రియములద్వారా బయటకు వ్యాపించినపుడు స్థూలమైన నామరూపములతో ఉన్న జగత్తు గోచరించుచున్నది. వ్యక్తిత్వము, ప్రపంచము, దేవుడు అనేవి “నేను” అనే తలంపు వల్ల జనించిన సిద్ధాంతములు. చూచేవాడిలో చూడబడేది ఉన్నది. ప్రాణము,మనస్సు యొక్క స్థూలరూపము, మనస్సు సారధి, ప్రాణము గుఱ్ఱము వంటిది. ప్రాణాయామములో శ్వాస నియమము ద్వారా మనస్సు తాత్కాలికముగా కట్టడి చేయబడును. శ్వాసనియమము లేనప్పుడు మనస్సు తిరిగి విజృంభించును. విచారణలో తలంపుల వేగం తగ్గి, క్రమముగా ఏకాగ్రస్థితి పొంది, మనస్సు బలపడును. అపుడు ఆత్మ విచారణ సులభముగా సిద్ధించును. ఆత్మ విచారణ స్థితిలో, సహజముగా శ్వాస నియమింపబడును. ప్రాణము చైతన్యములో లయమయి, కేవల కుంభకము సిద్ధించును. సత్వగుణములో ఉండే ఆభాసకాంతి సాక్షి తత్త్వము గలది. మనస్సు,

దానిలో ఆభాసకాంతి (reflected consciousness) ఒకేసారిలేచి, ఒకేసారి కనుమరుగగును. అందుచేత ఆభాసకాంతికి మొదలు, తుది ఉంటాయి. శుద్ధచైతన్యజ్యోతికి మొదలు తుది ఉండవు. ఆభాసకు స్వయం ప్రతిపత్తి లేదు. ఆభాస, శక్తి లీలకు ముందు స్థితి. విషయ వాసనలున్నంత వరకు విచారణచేయుచునే ఉండవలెను. ప్రతివాని స్వరూపము స్వయంజ్యోతియే అయినప్పటికీ, దాని ప్రకాశము అజ్ఞానము వలన మరుగునపడి ఉన్నది. అందుచేత అజ్ఞాన నిర్మూలనమే మన లక్ష్యం. ఊరక ఉండు జ్ఞానదృష్టితో (passive awareness) విచారణ చేయవలెను. తానుగా (ఆత్మ స్వరూపముగా) ఉండుటయే జ్ఞానము, అనగా “నేనున్నానదిగా ఉన్నాను” (I am that I am). అనంతమైన తానును ఇతరుల ద్వారా చూచుచెట్లు. తనను తాను బాహ్యముగా చూచుటెట్లు. తానును వదలకుండుట జ్ఞానము. మనస్సును తన యందే ఉంచుకొనుట విచారణ. నిద్రలో మనము సుఖముగా ఉన్నాము. నిద్రలో సుఖంగా ఉన్నట్లు సూక్ష్మమనస్సులో నమోదు (register) అయిన మూలాన, లేచిన తరువాత నేను నిద్రలో సుఖముగా ఉన్నాను అని చెబుతాము. అందుచేత నిద్రలో సుఖము అనుభవించేవాడు ఒకడు ఉన్నాడు. అనుభవించేవాడు, జాగ్రదస్థలో కూడా ఉండి, నేను సుఖముగా ఉన్నాను అని చెబుతున్నాడు. నిద్రలో సుఖము అనుభవించే అనుభవశాలి దేహము ఇంద్రియములు లేకుండా, సుఖమును అనుభవిస్తున్నాడు. అందుచేత ఆ అనుభవశాలికి, దేహము బాహ్యము. అందుచేత, దేహము మనము కాదు. శరీరములో ఏది ఉన్నదో అది జగత్తులో కలదు, జగత్తులో ఏది కలదో అది శరీరములో కలదు. మనస్సు స్వరూపము తలంపు. తలంపు లేకపోతే మనస్సు లేదు. తలంపులు ఉన్న జాగ్రదవస్థ, స్వప్నావస్థలలో నామరూపములు తోచుచున్నవి. నిదురయందు మనస్సు అణిగినప్పుడు తలంపులు లేనప్పుడు, నామరూపములు కనుమరుగగుచున్నవి. అందుచేత తలంపులే నామ రూపాత్మకమైన జగము. ఒక అవస్థలో తలంపులతో ఉండి మరొక అవస్థలో తలంపులు లేని, అనాత్మతో తాదాత్మ్యము లేనప్పుడు కనుమరుగయ్యే మనస్సు మనము కాదు.

గాఢనిద్రలో మనము ఏకముగా ఉన్నాము. అప్పుడు “నేను” అనువారు ఎవ్వరూ లేరు. కాని గాఢనిద్రలో ఎఱుక లేదు. ఎఱుక లేనప్పటికి మనమున్నాము. ఎఱుక లేకండా ఉండుట అజ్ఞానస్థితి. ఇది ఆవరణదోషం వల్ల ఏర్పడినస్థితి. ఆవరణ దోషం ఆభాస కాంతి యొక్క (reflected consciousness), ఎఱుకను ఆవరించి స్వరూప జ్ఞానము లేకుండా చేయును. ఆవరణదోషము, మన ఎఱుకను ఆవరించగలదు తప్ప,ఉనికిని, సుఖస్వరూపమును ఆవరించలేదు. అందచేత నిద్రలో మనము ఎఱుక (consciousness) లేకుండా సుఖముగా (bliss) ఉంటాము

(existence). అజ్ఞానము, విషయవాసనలతో మాత్రము ఉండి సర్వవ్యాపారములను వదిలియుండును. విషయ వాసనలతో ఉన్న ఎఱుక లేని అజ్ఞానము, మన స్వరూపము కాదు. అట్టి అజ్ఞానము నుండి జనించిన వ్యక్తిత్వము "నేను" కాదు. ఆత్మ స్వరూపమయిన జ్ఞాత నుండి పరిమితి గలనేను, ఆభాస కాంతి చేరికతో "నేను" అను తలంపుతో బయలుదేరును. (వాసనలే ఆభాస కాంతి చేరిక వల్ల జగత్తుగా భాసించును) అపుడు అహంభావము, అంటే పరిమితమైన నేను చూచేవాడిగను, జగత్తు చూడబడేదిగను ఉండి, సాపేక్ష జ్ఞానము బయలుదేరును. సాపేక్ష జ్ఞానము, నేను వేరు, జగత్తు వేరు అనే భేదబుద్ధి వల్ల వస్తుంది. అహంభావము దేహముతో తాదాత్మ్యం చెందటం వల్ల భేదబుద్ధి కలుగుతుంది.

ఇవన్నీ మనము కాదు అని అనుభూతమైనప్పుడు, శుద్ధ చైతన్యపు కాంతి తనకు తానుగా మృత మనస్సులో ప్రకాశిస్తూ ఉంటుంది. మృత మనస్సు ఆత్మ స్వరూపమే. ఇట్టి స్థితిలో మనస్సులో శుద్ధ చైతన్యము మాత్రమే ప్రతిబింబించును.

అజ్ఞానము కల్పితము. దాని ద్వారా చూచినపుడు సూక్ష్మమైన మనస్సు మెదడు నుండియు, ఇంద్రియముల ద్వారా బయట వ్యాపించి స్థూలమైన నామరూములుతోచి జగద్సృష్టి కలుగును. అది కల్పితము అని విచారణ వల్ల తెలిసినప్పుడు, అజ్ఞానము నాశనమై, స్వయంజ్యోతిగా చైతన్యము మనస్సులో వెలుగును. ఇదే ముక్తి.

ఓం శ్రీ రమణార్పణమస్తు.

అనుబంధం

ఆత్మ లింగార్చన

మనము గాఢనిద్ర (సుషుప్తి)లో ఉన్నప్పుడు మనము దేహముతోను, ఇంద్రియములతోను, మనస్సుతోను విడివడి, ఏ ఆకారము లేకుండా, నిశ్చలముగా, స్థిరముగా, అఖండముగా సుఖముగా ఉన్నాము. అందుచేత సుఖానికి మూలము దేహేంద్రియ మనస్సులకు సంబంధంలేని మన నిరాకార స్వరూపము లోనే ఉన్నదని స్పష్ట మౌతున్నది. మన స్వరూపము సుఖమగుట వలననే మనలను మనం అమితంగా ప్రేమించుకొనుచున్నాము. కాని సుషుప్తిలో సుఖముగా ఉన్న స్థితి మనకు ఎఱుకలో లేదు. సుఖానికి మూలం మనలోనే ఉన్నది కనుక, అది దేనిమీద ఆధారపడకుండా స్వతంత్రంగా ఉన్నది. కనుక, మనలో పూజింప దగ్గది ఆ కేవల నిరాకార సుఖ స్వరూపమే. ఆ నిరాకర స్వరూపాన్ని మనస్సు ఎల్లప్పుడూ గుర్తుంచుకోవటానికి ఉపయోగపడేది లింగార్చన. దానిని పూజించినపుడు మనం ఏదో కొత్తగా పొందేది ఏమీలేదు. ఎందుచేతంటే మన స్వరూపమే కేవల నిరాకార సుఖస్వరూపము. కాని దానిని పూజించినపుడు దాని స్వరూపము ఎఱుక పడకుండా చేసే ప్రతిబంధకాలు (అడ్డంకులు) తొలగి, సుఖస్వరూపము మనకు ఎఱుకలో వ్యక్తమౌతుంది.

ప్రస్తుతము మనము గాఢమైన దేహతాదాత్మ్యముతో ఉన్నాము. అనగా దేహము మాత్రమే మనమని తలంచుట వల్ల భేదబుద్ధి కలిగి, ప్రపంచము, దేవుడు అన్యముగా ఉన్నట్లు మనకు తోచుచున్నది. ఈ పరిస్థితులలో నిరాకార స్వరూపము మనకు గోచరము కాదు. అందువల్ల నిరాకార స్వరూపానికి గుర్తుగా, ఆత్మలక్షణమైన స్థిరత్వమును లక్షణముగాగల భౌతిక ప్రపంచములో గల శిలను ఎన్నుకొని, ఆ శిలయందు నిరాకార సుఖస్వరూపము యొక్క లక్షణములైన అసంగత్వము (ఏఉపాధితోను సంబంధము లేకుండుట) అప్రాణుడగుటచే క్రియాశక్తి రహితముగా ఉండుట, మనస్సు లేకుండుట చేత (అమనస్కత్వము) చింత లేకుండుట అనగా సంకల్ప, వికల్పాదులు లేకుండుట, సర్వవ్యాపకత్వము వల్ల చలనరహితముగా ఉండుట, ఇవన్నీ ఉన్నందువల్ల కర్తృత్వము లేకుండుట, ఆదిగా గల ఈ లక్షణములను శిలయందు ఆవాహన చేసి బాహ్యపూజ చేయవలయును. ఈ శిల ప్రత్యేకత ఏమిటంటే ఏ అవయవములు ఉండవు. అందుచేత ఇది నిరాకారమునకు గుర్తు. మనలో దేహతాదాత్మ్యం ఎంతలోతుగా వేళ్ళూనుకున్నదో తెలుసుకొనడానికి, శ్రీ శంకర భగవత్పాదుల వారి జీవితంలో జరిగిన సంఘటన మనము గుర్తు తెచ్చుకొనుట ఈ సందర్భములో మంచిది. ఆదిశంకరులు తెల్లవారు జామున కాశీలో మణికర్ణికా ఘాట్ వద్ద స్నాన మాచరించి తిరిగి వస్తుండగా, ఒక చండాలుడు, నాలుగు శునకములతో ఎదురవుతాడు. ఆచార్య స్వాముల వారు "హే చండాలా నా దారికి అడ్డుతప్పుకో" అంటారు. ఈ మాట దేహతాదాత్మ్యానికి, దేహము తాను అనే

అధ్యాసకు సంబంధించినది. అపుడు చండాలుడు వేషంలో ఉన్న శివుడు, ఆయన మాటను తిరగవేసి, మీరు ఎవరిని తప్పుకోమంటున్నారు, పాంచ భౌతికములతో కూడిన జడమైన ఈ దేహాన్నా, అది ఎట్లు తప్పుకోగలదు లేక సర్వవ్యాపకమైన ఆత్మనా, సర్వవ్యాపకము కనుక అది ఎట్లు ఎక్కడికి తప్పుకోగలదు, అని ప్రశ్నిస్తాడు. ఇటువంటి ప్రశ్న సాక్షాత్తు శివుడు తప్ప మరొకరు వేయలేరని గ్రహించిన ఆదిశంకరులు, చండాలుని రూపంలో ఉన్న శివునికి సాష్టాంగపడి, "నేను దేహమును" అనే అలవాటు తాత్కాలికంగా తలెత్తినందు వలననే ఇలా మాట్లాడానని, ఆయన తప్పును సరిదిద్దుకుంటాడు. ఐదవ సంవత్సరంలోనే ఆత్మజ్ఞానం కలిగిన ఆదిశంకరులకే "నేను దేహమును" అనే అలవాటు, ఆత్మజ్ఞానం కలిగిన తరువాత ఎంతో కొంత ఉన్నదంటే, మాయాప్రభావం మనమీద ఎంత గాఢంగా పెనవైచుకుపోయిందో గ్రహించాలి.

నిరాకర బ్రహ్మయొక్క వ్యష్టి అంశము జీవుడు కనుక, ప్రకృతితో తాదాత్మ్యం పొంది భ్రాంతిలో ఉన్న ఆ జీవుని తిరిగి నిరాకార బ్రహ్మములో లీనము చేసేది కనుక, ఈ శిలకు "లింగము" అని నామకరణము కలదు. దేహానికి సంబంధించిన జన్మము, మృత్యువు, ప్రాణమునకు సంబంధించిన ఆకలి, దప్పికలు, మనస్సుకుసంబంధించిన సుఖ, దుఃఖాలు అనే షడూర్ములు (కెరటములు) లేని నిరాకారమునకు గుర్తుగా అవయవములు లేని శిల "లింగముగా" వెలుగొందుతున్నది.

శివాంశము (చైతన్యము) ప్రకృతితో (శక్త్యంశము) ఆకర్షింపబడి,జీవచైతన్యముగా ఏర్పడి, జీవుడు రూపమును చలింపచేయును. రూపమే తానని భ్రమించి తిరుగు చుండును. నిరాకారమునకు మలత్రయము ఉండదు. అనగా సుఖదుఃఖములతో ఉండే సంసార సముద్రమును గడుపు అణవమలము, ఆ సంసారము గడుపుకొనుటకు ఇతరులను అన్యులని తలచి వారిని బాధపెట్టెడి మాయామలము, ఏవిధంగానైనా సరే జీవితమును సంతోషముగా గడుపు కొనుటకు (Pursuit of pleasure) పుణ్యపాపముల నెంచక కర్మచేసే కార్మికమలము ఉండవు. కోరిక నెరవేర్చుకొనే ఉద్దేశంతో మాత్రమే స్త్రీని ఉపయోగించుకొనే దారేషణ, ఇహ పరసుఖముల కొఱకు ఉపయోగించుకునే ఉద్దేశం కలిగిన పుత్రేషణ, తనకు, భార్యా పుత్రులకు మాత్రమే ఉపయోగపడే ఉద్దేశంతో చేసే ధనేషణ, అనే ఈషణాత్రయయు ఉండదు. వాత, పిత్త, శ్లేష్మముల వల్ల కలిగెడి ఆధ్యాత్మిక తాపము, పక్షులు, పాములు, మృగముల వల్ల కలిగెడి ఆధిభౌతిక తాపము, నిప్పు, నీరు, గాలి యనెడి వాటివల్ల కలిగే ఆధిదైవిక తాపము అనెడి తాపత్రయములుండవు. అష్టమదములు, అష్టపాశములు ఉండవు. భగవాన్ శ్రీ రమణ మహర్షి జీవితము పరిశీలించినచో చిన్మయ స్వరూపుడైన ఆయనకు మలత్రయము లేదు. ఈషణా త్రయము లేదు. వాత పిత్త శ్లేష్మ బాధలు ఆయన స్వరూపానందానికి ఎన్నడూ ప్రతిబంధకములు కాలేదు, పాములు వారి శరీరముపై చరించేవి, మెడచుట్టూ ఉండేవి, తేళ్ళు చెవులకు

వేలాడుతూ ఉండేవి, పులులు వంటి క్రూరజంతువులు స్నేహంగా ఉండేవి. అరుణాచలంలో ప్లేగు ప్రబలినప్పుడు కొండ మీద ఆయన ఒక్కరే చాలా కాలం మామిడి పళ్ళు తింటూ ఆనందంగా ఉన్నారు. ఆత్మజ్ఞాని వైభవం అది.

నిరాకార జీవుని అంతరింద్రియములు పంచ భూతాంశముల కలియుట చేత, జ్ఞాన శూన్యమై, అజ్ఞానము వలన జీవుని తనను తాను తెలియని అజ్ఞానిగా మార్చివేయుచున్నది. పంచభూతములలో మొదటిది ఆకాశము. ఆకాశమందలి సగభాగము జీవుని చేరి, జ్ఞానము, జ్ఞాత అను పేర్లతో ఉండును. మిగిలిన సగభాగము నాలుగు భాగములగును. అందు మొదటి భాగము వాయువుతో కలసి మనస్సగును. అందు రెండవ భాగము అగ్నితో కలసి బుద్ధియగును. అందుమూడవ భాగము జలముతో కలసి చిత్తమగును. అందు నాలుగవ భాగము పృధ్వితో కలసి అహంకారమగును. స్థూలదేహము అహంకారము, చిత్తము, బాహ్యేంద్రియములతో పనిచేయును. సూక్ష్మదేహము బుద్ధి, మనస్సు అంతరింద్రియములతో పనిచేయును.

ఈ అంతఃకరణములు ఒక దాని యందొకటి కలియుచుపోయి, జ్ఞాత యనెడి కారణ శరీరములో సుషుప్తిలో చేరినపుడు జీవునకు దేహస్పృహ లేకుండా యుండును.

పూర్వజన్మల పుణ్యఫలముగా, దేవుని యందు భ్రాంతి గల జీవుడు, మంచిమనస్సుతో సద్భక్తి కలిగి సత్క్రియలు ఆచరించునపుడు సదాచార మేర్పడును. ఇది భూ సంబంధమగు క్రియల కూడినదగుట చేత ఇది పృధ్వీతత్త్వము, అహంకారమునకు సంబంధించినది. ఇట్టి అర్చన తక్కువ స్థాయిలా అనిపిస్తుంది. కాని దాని ద్వారా శ్రీరామకృష్ణ పరమహంస, చైతన్య శిఖరాన్ని అందుకొన్నారు. ఆయన ఆధ్యాత్మిక చరిత్రలోనే అతి పవిత్రమైన కోవకు చెందినవారు. దక్షిణేశ్వర కాళికాలయంలో పూజారిగా నియమింప బడ్డారు. పూజారిగా కాళిమాతను పూజించటం ఆయన విధిలో భాగం. కాని ఆయన మనసా, వాచా కర్మణా కాళీమాతను జగన్మాతగా భావించి, కాళీమాతతో సజీవమైన అనుబంధాన్ని పెంచుకొని, అర్చన ద్వారా అపూర్వమైన ప్రగతిని సాధించి, తాను చైతన్య స్వరూపుడనని తెలుసుకొని అర్చన సమయంలో తనను తాను పూజించుకొనేవారు. అంటే ఆయనకు దేహాత్మబుద్ధి ఏమీ లేనట్లే. వారిని వారు పూజించుకోవటం ఇతరులకు పిచ్చపనిగా అనిపించినప్పటికి,వారు చేసినది ఆత్మదేవతాపూజ. అదే నిజమైన పూజ. అర్చన గమ్యం కూడా అదే.

అవతార పురుషుడైన శ్రీరాముడు, రామేశ్వరంలో లింగం ప్రతిష్ఠించి అర్చించాడు. కొంత కాలానికి శివుడు ప్రత్యక్షమై తత్వబోధను చేస్తాడు, శివ - రాఘవ సంవాదం ఉండే ఈ గ్రంధాన్ని "శివగీత" అంటారు. ఇది భగవద్గీత కంటే ప్రాచీనమైనది. శ్రీ కృష్ణభగవానుడు సుధామపురి యొద్ద బర్వాపర్వతమున బిళ్వేశ్వర లింగమును ప్రతిష్ఠించి

తపస్సు చేసెను. జ్ఞానులు ఏమి చేస్తారో, అది సామాన్యులు అనుకరిస్తారు, కనుక వారు అలా చేసారు. వారి ఉద్దేశం లింగార్చనద్వారా, మనం చిన్మయ స్వరూపులమని తెలుసుకోమని. మనం చిన్మయ స్వరూపులమని తెలియనందు వలననే లోకం దుఃఖాలయంగా ఉంది. దుఃఖభ్రాంతి నుండి సుఖస్వరూపంలో స్థిరపడుటకు లింగార్చన ద్వారా సిద్ధించే అనుగ్రహం ద్వారా వీలవుతుంది. పృధ్వీతత్వ లింగము వల్ల అహంకారము బాపవలెను. పృధ్వీలింగము కంచిలో గలదు. జలతత్వలింగము గూడి చిత్తశుద్ధి పొందవలెను. జల లింగము జంబుకేశ్వరములో ఉన్నది. అగ్నితత్వ జ్ఞానబుద్ధితో అగ్నిలింగమును గూడి ఆత్మజ్ఞానము పొందవలెను. అరుణాచలలింగము అగ్నిలింగము. వాయుతత్వ లింగమునకు మనసు నర్పించి సేవ చేయవలెను. ఇది శ్రీకాళహస్తిలో కలదు. భక్త కన్నప్ప సర్వము నర్పించి ఇచట సిద్ధిపొందెను. ఆకాశతత్వ లింగముతో గూడి జ్ఞాత (జీవుడు) పరమాత్మ తత్వమును తెలుసుకొనవలెను. ఇది చిదంబరములో కలదు.

అహంకారమును గురుబోధ ద్వారా చిత్తజలములో కలిపినపుడు, అహంకార తాపము హరించును. జలతత్వ చిత్తము దైవదృష్టిని ఊర్ధ్వముఖమై, బుద్ధియను అగ్ని తత్వమును చేరును. అందు ఆత్మ జ్ఞానానుభవము పొందుట చేత ఆ భక్తి అనుభవ భక్తి అనబడును, శ్రీరామకృష్ణ పరమహంసది అనుభవ భక్తి. దీని వలన ఆత్మ జ్ఞానము కలుగును. ఈ జ్ఞాన శక్తివలన, చిత్తజలము బుద్ధియందు లీనమై, శివుడు, జీవుడు ఒకడే అను అనుభవము పొందుటచే ఇది శివలింగరూపమగును.

ఇట్టి అగ్ని తత్వబుద్ధి ఊర్ధ్వముఖమై మనస్సను వాయుతత్వమును చేరును. ఈ మనస్సు దశేంద్రియములకు మూలమై సర్వకార్యములకు ప్రేరణశక్తిగా నుండును. అందుచేత బుద్ధి మనస్సు యందు లీనమై పోగా "నేను" యను జీవుడు దేహము నందుండి చరించుచుంటని అని తెలియుట చేత ఇది చరలింగము లేక వాయు లింగము లేక జంగమ లింగము అనబడును.

ఆకాశతత్వ జీవుని జ్ఞాత అందురు. మనస్సు, సర్వేంద్రియములకు కూటమియగు భ్రూమధ్యమున (రెండు కళ్ళుమధ్య స్థానము) జ్ఞాతయను కూటస్థుని చేరి, నిజమగు పరమాత్మను చూచుచు, పరమాత్మ శక్తి తన పరమగుట వలన "పరాశక్తి" కలవాడై ఆనందముతో జ్ఞాతభావము పరమాత్మయందు నిలిచి యున్నందున ఇది భావలింగమనబడును. జీవుని ప్రేరేపించెడి మనస్సు జీవుని వీడి పరమాత్మ యందు లీనమైనప్పుడు, ఆ జీవుని యందు సంకల్పవికల్ప ధర్మము నశించినందువల్ల మనోనాశమై మనస్సు లేక పోవుట చేత ఇది "అమనస్కయోగ' మనబడును.

ఆకాశతత్వ జ్ఞాత తనను తాను తెలుసుకొని దైవమను నిరాకార తత్వమును చేరగా, దేవుని యందు శక్తి జీవుని ఆకర్షించుట చేత, ఆశక్తిని "చిచ్ఛక్తి " యందురు. ఇందు పరమాత్మ నిరాకారమై గమనాగమనములు లేక సర్వత్రానిండి యున్నందున గుర్తించవలసిందే గాని, రూపము తెలియ రాని గుర్తు గనుక దీనిని "మహాలింగ" మందురు. శ్రీరమణాశ్రమములో వేంచేసి యున్నది "శ్రీ రమణ మహాలింగము".

ఇట్లు దేహమందలి పంచభూతాంశములను కలుపగా వ్యష్టిజీవుడు, సమిష్టి దేవుని యందు కలియుటయే మోక్షము. ఇది పంచీకరణ ప్రక్రియను తిరోగమింప చేయునపుడు కలుగును. అనగా పృధ్వీతత్వమైన అహంకారాన్ని గురుబోధతో చిత్తజలంలో నానబెట్టాలి. తరువాత దానిని (అహంకారాన్ని) బుద్ధిలోని జ్ఞానాగ్నితో మండించినపుడు, మనసనే వాయువుతో లీనమయి, చైతన్యా కాశంలో స్థితి పొందటమే నిజమైన నిమజ్జనం. అప్పుడు భౌతిక పదార్థమైన అహంభావం, చైతన్యసముద్రంలో కరిగిపోతుంది. ఇదే ఆత్మలింగార్చన ఫలం, ఇదే భక్తి, ఇదే జ్ఞానం, ఇదే యోగం, ఇదే మోక్షం.

ప్రాణాయామము - మోక్షము

ప్రాణానికి ఆది, మధ్యమ, అంతం అని మూడు స్థితులు గలవు. ఆది, అంతము స్థిరమైనవి. మధ్యలో ఉండే చంచలావస్థే జీవభావము. ఆద్యంతాలది శిశుభావం, అవ్యక్తభావం. ప్రాణానికి మూడు భాగాలు స్థిరం, ఒకభాగం చంచలం. ప్రాణం తాలూకు చంచలగతినే మనస్సు అంటారు. సహస్రారంలో ప్రాణవాయువు స్థిరంగా ఉంటుంది. ఐదు స్థానాల్లో ప్రాణం సమానంగా ఉన్నట్లయితే, మనస్సులో ఏ చంచలతా ఉండదు.

ఈ ఐదు స్థానములు ఇవి:

1. ప్రాణవాయువు హృదయమున నివశించి శ్వాసను నడుపును.
2. అపాన వాయువు మలమూత్రముల ద్వారములందుండి మలమూత్రములను వెడలించును.
3. సమాన వాయువు నాభియందు వసించి నాడుల నన్నియు నడుపుచుండును.
4. ఉదాన వాయువు కంఠమందుండి శబ్దమును పలికించును.
5. వ్యానవాయువు దేహమంతటను ఉండి స్పర్శను తెలుపును.

పంచప్రాణాలు అసమానంగా ఉన్నప్పుడు చంచలావస్థ (వికారం) కలుగుతుంది. పంచప్రాణాలు సమానంగా ఉన్నప్పుడు ప్రాణానికి స్థిరావస్థ కలుగుతుంది. వాత, పిత్త, కఫాలు సమానంగా ఉంటే ఏరోగం ఉండదు, ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. అవి అసమానంగా (వికారంగా) ఉంటే రోగాలు వస్తాయి.

ప్రాణాయామం వల్ల - ప్రాణ, అపానవాయువులు స్థిరమౌతాయి.
నాభిక్రియవల్ల - సమానవాయువు స్థిరమౌతుంది.
మహాముద్ర వల్ల - వ్యాన, ఉదాన వాయువులు స్థిరమౌతాయి.

వీటి తరువాత "యోనిముద్ర" ద్వారా ఆత్మ సాక్షాత్కారం చేసుకోవాలి. స్థిరవాయువులో మనస్సు నిలిచినపుడు నిశ్చల మనస్సు కలిగి, మనస్సుకు శూన్యావస్థ కలుగుతుంది. చంచలత్వమే జీవుడు, స్థిరత్వమే శివుడు. స్థిరప్రాణం నుండే, (అవ్యక్తం) చంచలప్రాణం వస్తుంది. స్థిరప్రాణ వికారమే చంచలప్రాణము, అనగా జీవుడు. ఉప్పు నీటిలో కలిపితే కనపడనట్లు, చంచలత్వజీవుడు స్థిరత్వం పొందితే శివుడౌతాడు. తనకు కారణమైన సముద్రములో నది కలిసినపుడు, నది సముద్రం అవుతుంది. ఒక క్రియ జరిగేటప్పుడు క్రియ జరిపేవాడు, క్రియ, క్రియ అనుభవించేవాడు మూడు ప్రాణశక్తి ద్వారా మాత్రమే జరుగుతుంది.

మాట్లాడటం - ప్రాణశక్తి వల్ల

వినటం - ప్రాణశక్తి వల్ల

ఆమాటలు చేరవేసేది - ప్రాణశక్తి

ఇచ్చట కేవలం ఆధారంలో తేడా మాత్రమే (ఉపాధుల) అన్నిటిలోను అంతర్గతంగా ఉన్నది ప్రాణశక్తి, అందుచేత, ఇవన్నీ ఒకే ప్రాణశక్తి, యొక్క క్రియ, అందుచేతనే మనము ఏమి చేసుకొంటామో అదే మనకు తిరిగి వస్తుంది.

మాడపట్టులో ఉండే వెలుగువల్ల ప్రాణశక్తి అనురంజితమై ఉంటుంది.

సుషుమ్న (అహంభావము) ప్రాణశక్తికి ఆధారం, ప్రాణశక్తి సుషుమ్న నుంచి ఇడ, పింగళ అనే రెండు నాడుల్లోకి ప్రవేశిస్తుంది. ఈ రెండు నాడుల్లోనూ ప్రవాహం సాగుతున్నప్పుడు సుషుమ్న మార్గం మూసుకుపోయినట్లు ఉంటుంది. ఈ రెండు నాడుల ద్వారానే ప్రాణప్రవాహంతో పాటు, చైతన్యము దేహమంతటా విస్తరిస్తుంది. అపుడు మనోవృత్తి బహిర్ముఖ మౌతుంది. దేహాత్మబుద్ధి కలుగుతుంది. ప్రాణప్రవాహాన్ని సుషుమ్నలో సంచరించేటట్లు చేయగలిగితే తిరిగి దివ్య జ్ఞానం వస్తుంది.

తల్లికడుపులో ఉన్న బిడ్డ ప్రాణప్రవాహం సుషుమ్నలో ఉంటుంది. ప్రసవం తరువాత సుషుమ్న అడ్డుకుపోయి, ప్రాణప్రవాహం ఇడా, పింగళ నాడుల్లోకి వచ్చిపడుతుంది.

సుషుమ్నలోకి ప్రవేశించిన తరువాత ప్రాణానికుండే చంచలతపోయి స్థిరత్వం వస్తుంది. ప్రాణము, మనస్సు సుషుమ్నలోపలి నుంచి బ్రహ్మరంధ్రంలోకి ప్రవేశిస్తుంది. పరమానందంలో ములిగిపోతుంది.

మేరుదండంలో (spinal cord) ఉన్న దైవశక్తి తాలూకు కాంతి అనుభవంలోకి వస్తుంది. అపూర్వశక్తి వికసిస్తుంది. ఆవరణ తొలగి ప్రాణం ఆత్మలో ఒకటయి "సోహం" అంటే ఏమిటో అనుభవ పూర్వకంగా తెలుస్తుంది.

ఉచ్ఛ్వాస, నిశ్వాస కర్మ నిష్కామకర్మ. దానిని నడిపించేది అబద్ధమైన నేను. నిష్కామకర్మ బ్రహ్మసాయుజ్యానికి దారితీస్తుంది. ఉచ్ఛ్వాస, నిశ్వాసాలు ప్రాణం నుండి పుడతాయి.

చంచల మనస్సు ఉన్నంతకాలం సకామకర్మే జరుగుతుంది. మనస్సుతో సంయోగం లేని కర్మే నిష్కామకర్మ, ప్రాణ కర్మ మాత్రమే నిష్కామ కర్మ, మనస్సనేదే ఒక ఇంద్రియము మనస్సు ద్వారా జరిగే క్రియ సకామమే.

అన్ని ప్రాణుల దేహాల్లోను నిరంతరం సాగుతూ ఉండే శ్వాసలేని అవస్థే - "మంత్రం" అంటే స్థిరావస్థ. ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాస అనబడే నిష్కామ కర్మ ఫలం స్థిరావస్థ.

మంత్రం అంటే నోటితో జపించేది కాదు, అది ప్రాణశక్తి తాలూకు ఒక అవస్థ. బాహ్య మంత్రం దాని మూల శక్తి తాలూకు ఒక సంకేతం మాత్రమే.

ప్రాణయామం ద్వారా మనస్సు తాలూకు శూన్య మార్గంలో (మనోకాశం) సంచరించడానికి శక్తి మనకు కలుగుతుంది. అప్పుడు అన్ని రకాల రోగాలు నాశనమౌతాయి.

సహజకర్మ రూపమైన ధ్వని శరీరంలో దానంతటదే ఉంటుంది.

ప్రతి శ్వాసతోబోటు అంతర్ముఖి రూపంలో స్మరణ చేయటం వలననే అజపజపం జరిగి ఆత్మారాముడిలో ఉంటాము. అజపాస్మరణ వల్ల శూన్య మండలంలో ఉనికి ఏర్పడుతుంది. నిష్కామమైన "కేవల కర్మ" ద్వారా కైవల్యావస్థ పొందగలుగుతారు. కేవల కర్మే సహజకర్మ, దాని వల్ల పాపం పొందరు, సహజావస్థపొందుతారు. అంతర్ముఖి ప్రాణకర్మ చేస్తున్నప్పుడు, కంపన రహితం కలిగి యదార్ధ సంకీర్తనం అవుతుంది.

నికుంజం అంటే "కుంజహీనమైనది", అంటే అవయవ హీనమైనది.

నీరు అనే మాట నీరు కానట్లు, నోటిద్వారా జరిగేనామం, ఆ వస్తువు కాదు. దేహికి నామం రూపం ఉండవు. దేహానికి నామరూపాలుంటాయి. శబ్ద బ్రహ్మ అనాహతం (ఓంకారం) మాత్రమే. ప్రాణకర్మ చేసినప్పుడు, దేహం, సర్వేంద్రియాలు అదురుపాటు లేకుండా వెలుగుతున్న మంటలా స్థిరమైపోతాయి. అస్థితిలో సంకీర్తన చేసేవాడుండడు.

ఒకజీవి ఎన్ని శ్వాసల సముదాయాన్ని తెచ్చుకు పుట్టాడో అదీ అతని ఆయుర్దాయం. ప్రాణానికుండే చంచలత్వం వల్ల జీవుడి శ్వాస, ప్రశ్వాసల గమనం ఏర్పడింది. అదే ప్రాణం చేసేకర్మ. చంచలత్వ ప్రాణరూప కర్మఫలం స్థిరత్వం. ప్రాణానికి చంచలత్వం ఉన్నంతవరకు దేహబోధకూడా ఉంటుంది.

ఇంద్రియాల ద్వారా మనస్సు విక్షేపం పొందుతుంది. సహజకర్మ (ప్రాణకర్మ) ద్వారా చిత్త విక్షేపాన్ని పోగొట్టుకోవలసి ఉంటుంది.

చంచలప్రాణాన్ని స్థిరం చేసిన వానిని సంయతుడు అంటారు. అటువంటివాడు భక్తితో ఫలం, పుష్పం, తోయం సమర్పిస్తే అది స్వీకరిస్తాను అని శ్రీకృష్ణభగవానుడు చెప్పాడు. స్థితిరూపావస్థలో స్థిరప్రాణుడైన నారాయణుడి మీద ధృడమైన ప్రేమ ఏర్పరచు కున్నవాడే భక్తుడు.

పూజ అంటే సంవర్ధనం (పెంచటం) స్థిరత్వాన్ని పెంచుకోవటమే నిజమైన పూజ, ఆత్మపూజ.

ఆత్మకు కర్మ అనేదేదీలేదు. దాని కర్మ చంచలప్రాణం ద్వారా సంచాలితమవుతూ

ఉంటుంది. అందువల్ల చంచలప్రాణమే ఆత్మ తాలూకు కర్మ.

శ్వాస, ప్రశ్వాసలను పరిశీలించే వారే నిజమైన పూజ చేస్తున్నవారు. చావు అనేది ప్రాణంతాలూకు స్థిరావస్థ. సాధన ద్వారా, చంచలప్రాణాన్ని స్థిరంచేసుకున్నవాడు బ్రహ్మజ్ఞాని అవుతాడు. మృత్యువు చేతనా హీనమై, కర్మ సంస్కారములతో నిండి ఉంటుంది. బ్రహ్మ జ్ఞానావస్థ చేతనతతో నిండి, కర్మసంస్కారహీనమౌతుంది. ఈజన్మలోనే ప్రాణంతాలూకు స్థిరావస్థను పొందగలిగితే అతనికి మృత్యుభయం తొలగిపోతుంది. అతనికి చావు పుట్టుకల (సంసార) చక్రం నుండి విముక్తి లభిస్తుంది.

నేను అంటే స్వయం అనే దాన్ని తెలుసుకున్నవాడే జ్ఞాని. నామరూపదేహాల మధ్య నిత్యము, అవినాశనము అయిన పదార్థ మొకటి ఉన్నది, అదే నిజమైన నేను. ఈ "నేను" నుండే నామరూపాలు పుడతాయి.

శ్వాస ప్రశ్వాసల గమనం బహిర్ముఖం వల్ల మనస్సుకూడా బహిర్ముఖమౌతుంది. శ్వాసప్రశ్వాసల గతి అంతర్ముఖమైనప్పుడే మనస్సు గతి అంతర్ముఖమౌతుంది. శ్వాసప్రశ్వాసలు స్థిరం కావటంవల్ల ప్రాణమూ, మనస్సూ స్థిరమౌతాయి. చంచల మనస్సుద్వారా సూక్ష్మాతి సూక్ష్మరూపుడైన ఈశ్వరుణ్ణి అన్వేషించటం సాధ్యంకాదు. స్థిరమనస్సు ద్వారానే ఇది సాధ్యం. చంచల ప్రాణంలోంచే మనస్సు పుడుతుంది. చంచల మనస్సు ద్వారా ధ్యేయవస్తువు మీద లక్ష్యం స్థిరం కాజాలదు.

ప్రాణ, అపానవాయువుల్ని నడిపించేటప్పుడు రెండిటిలోను దానంతట అదే ఏర్పడే స్థితే కుంభకం. ఈ కేవల కుంభకములో ప్రాణం తాలూకు ఊర్ధ్వం, అధోగతులు వాటంతటవే ఆగి, ఇంద్రియవృత్తులు అదుపు చేయబడి, ప్రాణాన్ని ప్రాణంలోనే హోమం చేస్తారు.

కడుపులో బిడ్డ నాలిక ఊర్ధ్వముఖంగా ఉంటుంది. ప్రసవము తరువాత నాలిక స్థానం కిందికి దిగుతుంది. అప్పటి వరకూ సుషుమ్నామార్గంలో ప్రవహిస్తున్న ప్రాణశక్తి ఇడ, పింగళ నాడులలో ప్రవేశించినపుడు, శ్వాసప్రశ్వాసలు బహిర్ముఖం అయినందువల్ల శిశువు ఏడవటం మొదలు పెడతాడు. ఇప్పటినుండి మహామాయ బిడ్డను కమ్ముతుంది. అందుచేత దీనిని మాయారోదనం అంటారు.

రమతో, అంటే చంచలప్రాణంతో ఎప్పుడూ రమిస్తూ (ఆకర్షిస్తూ) ఉండేవాడు ఆత్మారాముడు. సతతం ఉండే ఈ ఆత్మారాముని ఆకర్షణ ప్రాణం చంచలత్వ స్థితిలో ఉంటే మనకు గోచరించదు.

ఓంకారధ్వని విని, బుద్ధి అవిచితమై పరమేశ్వరుడిలో నిలకడగా నిలిచి స్థిరంగా ఉన్నప్పుడు తత్వజ్ఞానాన్ని పొందుతాము. ప్రాణకర్మద్వారానే ప్రాణానికి స్థిరత్వం వస్తుంది.

మనస్సు, బుద్ధి స్థిరమౌతాయి, త్రిగుణాతీత అవస్థ ప్రాప్తిస్తుంది.

జ్ఞానమంతా లోపలుంది, దాన్ని ఏదో విధమైన ఘర్షణక్రియ, వెలువరించవలసి ఉంటుంది. ప్రాణకర్మే ఆ ఘర్షణ క్రియ. రాతిలో నిప్పు దానిని రాపాడించినపుడే వస్తుంది. ఆత్మధర్మం స్వధర్మం, ఇంద్రియధర్మం పరధర్మం. ఆత్మను ఎలప్పుడూ ఊర్ధ్వస్థానంలోనే ఉంచాలి. ప్రాణప్రవాహం కిందికి సాగటంవల్ల దేహబోధ కలుగుతుంది. ప్రాణం చంచలం అయినప్పుడే మనస్సు ఉపాధిని ఆశ్రయిస్తుంది. చంచలప్రాణాన్ని ప్రాణకర్మ ద్వారా ఊర్ధ్వంలో ఎల్లప్పుడూ స్థిరంగా ఉంచిన మీదట మనస్సు లయమైపోతుంది.

చంచలప్రాణం స్థిరంకాని వాడి మనస్సు చంచలరూపమై దుష్కర్మల రూపంలో శత్రుభావాన్ని సృష్టిస్తుంది. శ్వాసగతి బహిర్ముఖం అయినప్పుడు హృదయం దుర్బలమౌతుంది. కర్మత్యాగము, కర్మభోగము మోక్షప్రదములు కావు. కర్మఫలత్యాగము మోక్షప్రదము. ప్రాణం స్థిరం అయినప్పుడు అన్నీ స్థిరమౌతాయి. ప్రాణానికి చంచలత్వం ఉన్నంతవరకు అన్నిటి అవసరమూ కలుగుతుంది.

అనంత మధ్యంలో ఒక శాతం చంచలమయినది. ఆ చంచలమైనది 100 శాతంలోనే ఉన్నది. ఆ తరువాత ఒక్కశాతం చంచలత్వము, (తరంగాలు) క్రమంగా పెరిగి పదిరెట్లయినప్పుడు "ఆకాశతత్త్వం" అంటారు.

1 × 10 = 10 శాతం చంచలమైనప్పుడు ఆకాశతత్వం అంటారు.

10 × 10 = 100 శాతం చంచలమైనప్పుడు వాయుతత్త్వం అంటారు (వాయువు కనిపించదు)

100 × 10 = 1,000 శాతం చంచలమైనప్పుడు తేజస్తత్వం అంటారు (దీనిలో అగ్ని కనిపిస్తుంది. కాని వేడి కనిపించదు)

1000 × 10 = 10,000 తరంగాలు ఏర్పడినప్పుడు జలతత్త్వం అంటారు.

10,000 × 10 = 1,00,000 తరంగాలు ఏర్పడినప్పుడు పధ్వీతత్త్వం అంటారు.

ఈ తరంగాలలో జడ చేతనాలు రెండూ ఉంటాయి. జడచేతనాలు రెండిటిలోను ప్రాణం ఉంటుంది.

స్థిరావస్థ లేకపోతే తరంగాలు ఉండటమే సంభవము కాదు. స్థిరత్వమే అన్నిటికీ మూలం. ఈ స్థిరత్వాన్నే బ్రహ్మం అంటారు.

తరంగాలకు మార్పు ఉంటుంది. స్థిరత్వానికి మార్పుండదు.

సహస్రారం (తత్వాతీతం) 100% స్థిరత్వం.

ఆజ్ఞాచక్రం (తత్వాతీతం) 0% చంచలత్వ శాతం 0% చంచలతత్త్వం.

విశుద్ధం (ఆకాశతత్వం) 1×10 = చంచలత్వ శాతం 10.

అనాహతం (వాయుతత్వం) 10×10 = చంచలత్వ శాతం 100.

మణిపూరం (తేజస్తత్వం) 100×10 = చంచలత్వ శాతం 1,000.

స్వాధిష్టానం (జలతత్వం) 1000×10 = చంచలత్వ శాతం 10,000.

మూలాధారం (పృధివీతత్వం) 10,000×10 = చంచలత్వ శాతం 1,00,000.

1,00,000 శాతం చలనం ఉన్నంతవరకు మనిషి బతికే ఉంటాడు. 10 శాతం చలనం ఉన్నప్పుడు మరణిస్తాడు. ఈ 10 శాతం తరంగాలతో బాటు, సమస్త కర్మ సంస్కారాలూ బీజరూపంలో ఉండిపోతాయి. అందుచేత మరణించిన తరువాత జీవి ఆకాశతత్వంలోఉంటాడు. 10% నుండి 0%కు ఎన్నడూ వెళ్లడు. 1,00,000 శాతం చలనం వచ్చినప్పుడు మాత్రమే పునర్జన్మ కలుగుతుంది.

జీవుడు 10 శాతం చంచలత్వాన్ని అధిగమించి 0 శాతాన్ని చేరగలిగినట్లయితే అతను మూలరూపమయిన స్థిరబ్రహ్మలో చేరగలుగుతాడు. ఈ స్థితిలో ప్రాణానికి ఎటువంటి తరంగాలు ఉండకపోవటం వల్ల కర్మసంస్కారాలుండవు. అవి లేనప్పుడు ఆకర్షణ ఉండదు. ఆకర్షణ లేప్పుడు జన్మ ఉండదు. అందుచేత మృత్యువూ ఉండదు. తరంగాలు లేనిచోట ఏదో ఉండే అవకాశం ఉండదు. 100000 శాతం చలనాన్ని సున్న శాతానికి తీసుకు రావటమే యోగం. ప్రతి రెండు లక్షల అంతర్ముఖి ప్రాణయామాలకు ఒక్కొక్క చక్రం ప్రాణతరంగాలు నిలిచిపోతాయి. అందుచేత 10 లక్షల అంతర్ముఖ ప్రాణయామాలు విశుద్ధ చక్రం చేరి 10 శాతం చలనాలకు వచ్చి మృత్యుస్థానం చేరతాడు. ఇంకా 61, 000 ప్రాణయామాలు చేస్తే స్థిరబ్రహ్మలో లీనమౌతాడు. ఈప్రాణం నిలిపే ప్రక్రియనే క్రియాయోగం అంటారు.

నామము - మోక్షము

ఆలోచనా రహిత స్థితి నుండి ఆలోచన జనించినట్లు, మౌనము నుండి శబ్దము వెలువడుతుంది, ఆలోచనా రహితస్థితి మౌనము. ఆలోచన ఆ మౌనములో నుంచి జనించే గుసగుసలు. మౌనస్థితిలో శబ్దము, శుద్ధచైతన్యపు వెలుగు కలిసి ఉంటాయి. చైతన్య వ్యక్తీకరణ నాలుగు దఫాలుగా, అనగా అవిభక్త తమస్సు, విభక్త తమస్సు, అక్షరము, అవ్యక్తముగా జరుగునట్లు, శబ్దబ్రహ్మ కూడా పరా, పశ్యంతి, మధ్యమ, వైఖారీ అనే దశల వారీగా వ్యక్తమౌతుంది. అవ్యక్త కారణ బిందు రూప పరావాక్కును రవశబ్ద అంటారు. ఇది మానసాతీతము. దీని నుండి కార్యరూప పశ్యంతి, మధ్యమ, వైఖారీ అనే త్రికోణాత్మక శబ్ద సృష్టి జరుగును. అవ్యక్త కారణ బిందురూప పరావాక్కు ఊర్ధ్వముగా శరీరంలో గల వాయువుతోను, మనస్సుతోను కలసి బొడ్డువరకు ఏవర్ణము (letters) తో సంబంధము లేకుండా ఉన్నప్పుడు దీనిని ప్రకాశాత్మక పశ్యంతి వాక్కు అంటారు. ఇది కార్య బిందువు.

రవాత్మక శబ్దబ్రహ్మ మనస్సుతో పశ్యంతి రూపం పొందిన తరువాత, బుద్ధితో కలసి అ,క,ల,చ,ట,త అనే అక్షరాలతో తాదాత్మ్యమైనప్పుడు (charged) అది స్పందన రూపంలో హృదయము వరకు వచ్చి "మధ్యమ" వాక్కు అవుతుంది. నిత్యానిత్య వివేచన గలవారికి మధ్యమ వాక్కు అందుతుంది. హృదయంలో ఉన్న వాయువు ద్వారా చలనము పొంది అంగుడునుండి నోటిద్వారా బయల్వెడలి ఇతరుల చెవిలోనికి చొచ్చే శబ్దాన్ని బీజాక్షర వైఖారీ శబ్దము అంటారు. వైఖారీ శబ్దము మీద మధ్యమము బలమైనది, మధ్యమము మీద పశ్యంతి ఉన్నతమైన శబ్దము, పశ్యంతి మీద పరాశబ్దము, అనగా మౌనము, అనగా అనాహతశబ్దము సర్వోత్కృష్టము, జగత్కారణమైయున్నది. శుద్ధచైతన్యమునకు అనాహత శబ్దము వెన్నంటే ఉంటుంది. అనాహత శబ్దం ద్వైతం వల్ల ఏర్పడిందికాదు దానికి కారణములేదు. అందుచేత దానికి శుద్ధ చైతన్యము వలెనే మొదలు, తుది ఉండవు. వైఖారీ శబ్దము స్వరపేటికలో ఉన్న రెండు తలుపుల కదలిక వల్ల ఏర్పడే శబ్దము. ఇది ద్వైతరూపము. నామము చేసినపుడు, సంకీర్తన చేసినప్పుడు నామమునకు అధిష్టానముగా ఉన్న చైతన్యము నుండి స్పందనవచ్చును. నామము నాదమునుండి ఉద్భవించును. నాదము శబ్దమయము. బ్రహ్మమే అట్టి శబ్దమునకు మూలము. చైతన్యము, శబ్దము అన్ని పదార్థములలో వ్యాపించియుండును, చైతన్యము శివుడు, శబ్దము పార్వతి, నామము ఉచ్చరించి నంతనే అది శ్వాసతో మిళితమై, తన ప్రభావము నరములపై ప్రసరింపజేయును. అట్లు శ్వాసతో సమ్మిళితమైన నామము. ఉచ్ఛ్వాస, నిశ్వాసములతో పెన వైచుకున్నప్పుడు, ఎడతెగని నామజపము జరుగుచుండును. ఇదియే అజపజపము. దీని వలన అనేక మానసిక శక్తులే కాకుండా, భగవత్సాక్షాత్కారానికి కారణమైన దివ్యశక్తి కూడా మనకు కలుగుతుంది.

భగన్నామ సంకీర్తన అనే అగ్నిచే భక్తుని ఇంద్రియములన్ని తప్తమయి, అవి పవిత్రీకరింపబడును. అపుడు భౌతిక చక్షువు, దివ్య చక్షువుగా పరిణితి పొంది, ప్రస్తుతము

మనకున్న భౌతిక దృష్టి, దివ్య దృష్టిగా రూపాంతరం చెందుతుంది. అప్పుడు మనస్సు నిర్మలమై, హృదయము వికసించి, విశ్వమంతయు దివ్య రూపముగా, ప్రేమమయముగా, భగవన్మయముగా కనపడును, శరీరములోని ప్రతి అణువునందు భగవంతుని స్పర్శగోచరించును. నామము, అజపజపము, సంకీర్తన శరీరత్రయమును స్వాధీనమొనర్చుటకు సహాయకారులు. ప్రహ్లాదుడు, నారదుడు, శుకబ్రహ్మ, సనత్కుమారుడు,మాణిక్యవాచకర్, నామ్‌దేవ్, మీరా బాయి, చైతన్య ప్రభువు, భక్త తుకారాం, త్యాగరాజు, అన్నమయ్య వంటి వారు నామము ద్వారా తరించినవారే. విత్తనములో మహావృక్షము నిబిడీకృతమైనట్లు, నామములో మహత్తరశక్తి ఇమిడి యున్నది. నామము, దర్పణ (అద్దము) రూపమైన మనస్సులో మాలిన్యములు, తొలగించి, శుద్ధచైతన్యము మనస్సులో కల్మషరహితంగా, స్వచ్ఛముగా ప్రతిబింబించేందుకు తోడ్పడుతుంది. నామము చిత్తమును నిర్మలము చేసి, ఆనంద సముద్రమును ఉప్పొంగించి సంసారరూపమగు కార్చిచ్చును శమింపజేస్తుంది. అడుగడుగునా అమృతానుభావం కలిగిస్తుంది, నామము మౌనమునకు దారి తీస్తుంది. బ్రహ్మవిద్యకు (దహరవిద్యకు) నామము ప్రాణమువంటిది. నామప్రభావము, కర్మప్రభావము కంటెశక్తి వంతమైనది కనుక, కర్మశక్తి నిర్వీర్యమవుతుంది. అందుచేత నామము వలన, కర్మము వల్ల కలిగెడి దోషములు పటాపంచలవుతాయి. పరమాత్మ కృపాకటాక్షము మనమీద వర్షించుటకు, శబ్దబ్రహ్మయగు భగవన్నామమును అనన్యభక్తి భావముతో సంకీర్తించినపుడు, మాత్రమే వీలుకలుగుతుంది. అందుచేతనే "అరుణాచలా" అని తైలధారగా, అనన్యభక్తితో స్మరించే వారికి మోక్షము తప్పక సిద్ధిస్తుంది. ఇది నిశ్చయం ఇది శివుని ఆజ్ఞ. అందుచేతనే మహాజ్ఞాని అయిన భగవాన్ శ్రీరమణ మహర్షి, అక్షరమణమాలలో మొదటి ద్విపదను, "అరుణాచలమనుచు స్మరియించు వారల అహము నిర్మూలింతు అరుణాచలా!" అన్నారు. అందుచేత భక్తులందరు నామము చేసి మనస్సనెడి శబ్దమును, చైతన్యమనే మౌనంలో ఎల్లప్పుడూ స్థితి పొంది ఉండేలా చేసుకొని మోక్ష సుఖములో ఉందురు గాక.

పూజల వల్ల స్థూలదేహ కర్మ నశించును.

నామము వల్ల సూక్ష్మదేహకర్మ నశించును.

నామము వల్ల కలిగే స్పందన, ప్రస్తుతం మనలో ప్రసరించే మలిన స్పందనను సరిజేస్తుంది.

ఏకర్మ లేనప్పుడు వాసనాక్షయము కలిగి కారణదేహముండదు. అందుచేత జన్మరాహిత్యము కలిగి మనము మోక్ష స్థితిలో ఉంటాము.

శ్రీ రమణార్పణమస్తు

